

Не пиши ей



**Грязная книга первой помощи
для мужчины после расставания**

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Алексей Корнелюк

Грязное саморазвитие

Алексей Корнелюк

**Не пиши ей. Грязная
книга первой помощи для
мужчины после расставания**

«Автор»

2026

Корнелюк А.

Не пиши ей. Грязная книга первой помощи для мужчины после расставания / А. Корнелюк — «Автор», 2026 — (Грязное саморазвитие)

Она ушла. Телефон остался. И ты уже почти проиграл. Это книга для мужчины, которого бросили — и который делает вид, что держится, пока ночью перечитывает переписку, проверяет её страницу и набирает сообщение, за которое утром будет себя ненавидеть. Не пиши ей. Не потому что ты гордый. А потому что сейчас тобой управляет не любовь, а ломка, страх и желание получить хоть крошку её внимания. «Не пиши ей» — грязная книга первой помощи после расставания. 30 дней, чтобы не унизиться, не ожесточиться, не превратить боль в культ и не стать мудаком из-за одной женщины. Это не пикап, не сладкая психология и не сказка про «просто отпусти». Это честный разговор с мужчиной, который развалился, но ещё может собрать себя обратно.

Алексей Корнелюк

Не пиши ей. Грязная книга первой помощи для мужчины после расставания

День 0. Ты уже написал

Первое правило этой книги ты уже просрал.

Не потом. Не где-то на третьей неделе, когда тебе станет скучно, одиноко и захочется проверить, «как она там». Не в субботу ночью, после двух бокалов, когда весь город вдруг начнёт пахнуть её шампунем, хотя город пахнет мочой у подъезда, дешёвой шаурмой и горячей пылью из батарей. Ты просрал его сразу. Вчера. Между 01:13 и 03:47, если верить телефону, который утром лежал рядом с твоей рукой, как пистолет после неудачного ограбления. Ты написал ей. Не одно сообщение. Не два. Не аккуратное взрослое «нам нужно поговорить». Ты построил маленький цифровой мавзолей собственного унижения: текст, потом ещё текст, потом голосовое, потом извинение, потом обвинение, потом снова извинение, потом великое мужское «я всё понял», за которым через семь минут последовало единственное честное: «нет, нихуя я не понял». Телефон не сел. Это было странно. Обычно он садится, когда тебе нужно вызвать такси, показать билет на входе или доказать кассиру, что ты оплатил грёбаный авокадо. А тут держался как верный пёс. Заряда хватило на всё: на жалость, на ярость, на благородство, на угрозу исчезнуть из её жизни навсегда и на ещё одно сообщение сразу после угрозы исчезнуть. Телефон был с тобой до конца. Предатель маленький, чёрный, гладкий, с трещиной в углу экрана, которую она когда-то называла «твоей паутиной». Тогда это казалось милым. Сейчас хотелось ударить его об стену, но ты не ударил, потому что там переписка. Там последние остатки наркотика. Там твоя личная нарколаборатория из сердечек, старых фотографий, её «я скучаю», её «купи хлеб», её «ты где?», её «я больше так не могу».

Ты проснулся на полу возле кровати, хотя кровать была в тридцати сантиметрах. Смешное расстояние. Почти вся твоя взрослая жизнь уместилась в эти тридцать сантиметров: работа рядом, счастье рядом, нормальность рядом, возможность не быть животным рядом — и ты всё равно лежишь на полу, щекой к ламинату, потому что в какой-то момент тело решило: вниз честнее. Во рту был вкус батарейки, старого кофе и паники. На футболке засохло пятно, происхождение которого ты не хотел выяснять: вода, слюна, пиво, сопли, человеческое достоинство в жидком виде. На кухне работал холодильник. Он гудел ровно, уверенно, как человек, у которого в жизни всё понятно. В комнате пахло тобой. Не тобой из нормальной жизни, который моется, выбирает рубашку, отвечает «да, конечно» и платит налоги. Другим тобой. Ночным. Тревожным. Тем, кто потеет, когда ему не отвечают. Тем, кто смотрит на одно слово «была» под её именем в мессенджере и готов из этого слова построить религию. На полу валялись две скомканные салфетки, носок, крышка от бутылки и бумажка из доставки, на которой жир расплылся пятном, похожим на карту страны, где живут все мужчины после расставания: столица — Стыд, население — один дебил, официальный язык — «я просто хотел объяснить».

Сначала ты не полез в телефон. Это была гордость. Длилась она секунд восемь. Потом рука сама потянулась к нему, и ты даже успел подумать: «Я просто посмотрю время». Конечно. Время. Мужчина в девять утра после ночи позора всегда первым делом интересуется временем. Не тем, как сильно он себя уничтожил. Не тем, видел ли кто-нибудь его внутренности, размазанные по чату. Временем. Ты нажал кнопку, экран загорелся, и тебе в лицо ударил список уведомлений. Не много. Хуже. Мало. От банка. От службы доставки. От какого-то приложения, которое радостно сообщало, что сегодня отличный день для прогулки. Спасибо, приложение. Спасибо, маленький карманный оптимист. Отличный день, чтобы выйти на улицу и лечь под первый автобус с рекламой семейной ипотеки. От неё было одно сообщение. Одно.

Это сразу стало понятно по тому, как желудок ушёл вниз, к соседям. Если бы сообщений было много, можно было бы надеяться на разговор. На ссору. На движение. На что угодно. Одно сообщение — это не разговор. Это табличка на двери морга.

Ты открыл чат не сразу. Сначала ты сидел на полу и смотрел на её имя. Аня. Три буквы. Всю ночь ты превращал эти три буквы в суд, храм, аптеку, маму, Бога, скорую помощь и приёмную комиссию, которая решает, имеешь ли ты право существовать дальше без позорного комка в груди. Аня. Ещё неделю назад это имя было обычным бытовым предметом. Как кружка. Как ключи. Как «возьми пакет». Теперь оно стало миной. Ты нажал. Переписка открылась с конца. Её сообщение было коротким. Даже вежливым. Вежливость — это особый вид жестокости, когда тебя уже не любят. «Илья, пожалуйста, больше не пиши мне. Ты меня пугаешь. Я заберу вещи через месяц. До этого давай без сообщений. Правда. Так будет лучше». Всё. Никакой драматичной точки. Никакого «прощай». Никакого «я никогда тебя не забуду». Просто «ты меня пугаешь». Вот она, новая фамилия. Илья Ты-Меня-Пугаешь. Раньше ты был «мой хороший», «мой псих», «мой зануда», «мой человек», «ты опять купил не тот йогурт». Теперь ты — человек, которого просят не писать, потому что от него страшно. Ты перечитал сообщение раз семь. На четвёртом разе мозг пытался вытащить из него надежду. Через месяц. Она заберёт вещи через месяц. Значит, будет встреча. Значит, можно подготовиться. Значит, можно похудеть, побриться, стать спокойным, красивым, опасно зрелым, с глазами мужчины, который всё понял, но никому ничего не навязывает. Значит, она придёт, увидит тебя нового, собранного, пахнущего дорогим мылом и свободой, и где-то внутри у неё шевельнётся: «Что я потеряла?» Мозг после расставания — это самый дешёвый сценарист на планете. Он берёт любую фразу и пишет из неё сериал на восемь сезонов.

Потом ты начал читать, что написал сам. Это было хуже её сообщения. Её сообщение было ножом. Твои — вилкой в розетке. «Я всё понял». «Я не держу тебя». «Просто скажи честно, ты уже с кем-то?» «Нет, не отвечай». «Хотя ответь». «Я не могу так». «Ты даже не представляешь, что ты сделала». «Я не обвиняю тебя». «Хотя да, обвиняю». «Я просто хочу услышать твой голос». «Я удалю это утром». Не удалил, чемпион. Всё на месте. Целая выставка современного мужского распада. Где-то между «я не держу тебя» и «ответь хотя бы из уважения» ты отправил голосовое. Четыре минуты тридцать восемь секунд. Голосовое — это когда мужчина решает, что текст недостаточно унизителен, и добавляет к нему дыхание. Ты смотрел на этот маленький треугольник воспроизведения так, будто он мог укусить. И он мог. Но ты нажал. Потому что ты идиот. Потому что все мы в такие моменты идиоты с доступом к облачному хранилищу.

Сначала там был шум. Потом твой вдох. Потом твой голос, которого ты не знал. Не тот, которым ты разговаривал с курьером, начальником, матерью, продавцом в магазине, с друзьями, когда говорил: «Да всё нормально, просто расстались». Этот голос был мокрый. Сдавленный. Детский. Злой ребёнок в теле взрослого мужика. «Ань, ну как так?» — сказал он. И ты поморщился, потому что «ну как так» — это не фраза. Это белый флаг, сделанный из трусов. Дальше ты говорил, что не понимаешь, как можно три года просто взять и выкинуть. Потом говорил, что понимаешь. Потом снова не понимал. Потом смеялся. Очень плохо смеялся. Таким смехом смеются люди, которые вот-вот заплачут, но ещё хотят сохранить лицо, хотя лицо уже ушло покурить и не обещало вернуться. На второй минуте ты сказал: «Я же старался». Вот тут стало особенно мерзко. Не потому что это неправда. Может, ты и старался. Покупал продукты. Встречал её после работы. Чинил полку, которую сам же криво повесил. Терпел её подругу Лену, у которой все мужчины были либо абьюзеры, либо «пока непонятно, но посмотрим». Варил кофе по утрам. Иногда слушал. Иногда делал вид, что слушаешь. Иногда действительно любил так, как умел: коряво, тревожно, собственнически, с попыткой заранее закрыть все двери, чтобы человек случайно не вышел из твоей жизни за хлебом и не решил

там остаться. Но «я же старался» в голосовом звучало не как любовь. Это звучало как претензия к банкомату: я вставил карту, где мои деньги?

Ты выключил голосовое на третьей минуте. Не смог дослушать. Всё равно поздно. Ты уже услышал достаточно, чтобы захотеть вылезти из своего тела, оставить его на полу рядом с носком и уйти куда-нибудь в новую оболочку, где люди после расставания молчат, моются и не записывают ночные аудиокнижки собственного позора. Ты открыл список вызовов. Один исходящий. В 03:12. Двадцать две секунды. Она не взяла. Слава ей. Слава всем женщинам, которые ночью не берут трубку у мужчин, разогретых болью до состояния микроволновки с фольгой внутри. Если бы она взяла, ты бы сказал что-то ещё. Что-то такое, после чего это утро было бы не просто плохим, а историческим. Ты положил телефон на пол экраном вниз, будто так он переставал существовать. Но он существовал. Ты чувствовал его спиной, затылком, зубами. Телефон лежал рядом и молчал громче любого человека в этой квартире.

Квартира после расставания быстро становится музеем преступления. Вон там чашка, из которой она пила чай и всегда оставляла пакетик внутри, потому что «потом выкину». Не выкидывала. Ты бесился. Сейчас бы отдал полпальца за один мокрый пакетик в раковине. На спинке стула её кофта, серая, растянутая на локтях, абсолютно не сексуальная, домашняя, родная до тошноты. В ванной её шампунь, который пах чем-то сладким и чистым, будто люди могут быть чистыми просто потому, что у них хорошие волосы. На холодильнике магнит из Калининграда, куда вы ездили в феврале и ругались из-за того, что ты не забронировал нормальный ресторан, а она сказала: «Ты всегда всё делаешь в последний момент», и ты тогда решил, что она придирается. Может, придиралась. Может, просила. У отношений есть мерзкая особенность: пока они живые, ты слышишь обвинения; когда они сдохли, начинаешь слышать просьбы. Поздно. Поздно — любимое слово всех брошенных. Оно сидит на кухне, ест твою доставку и ковыряется в зубах твоими воспоминаниями.

Ты поднялся. Ноги были ватные, мерзкие, чужие. На кухне в раковине стояла тарелка с засохшим соусом. На столе — пустой стакан, бутылка дешёвого пива, которую ты купил «просто одну», потому что после расставания мужчины любят играть в математиков: одна бутылка, одно сообщение, один звонок, один последний разговор. Всё начинается с одного. Потом утро собирает трупы. Ты налил воды. Выпил. Вода пошла внутрь, как в заброшенный дом. В животе было холодно. Ты посмотрел в окно. На улице люди жили. Вот наглость. Кто-то выгуливал собаку. Кто-то нёс пакет. Женщина в красной куртке разговаривала по телефону и смеялась. Мир продолжал исполнять свои идиотские обязанности: автобусы ходили, дети орали, голуби занимались голубиными делами, солнце светило на фасад соседнего дома так, будто ночью не произошло ничего важного. И ведь не произошло. Для мира — нет. Это одна из самых обидных вещей в личной катастрофе: у неё нет сирены. Когда тебя бросают, не останавливаются трамваи. В новостях не говорят: «Сегодня ночью в квартире на пятом этаже у мужчины вынесли будущее, самооценку и способность нормально дышать». Максимум соседка снизу услышала, как ты ходил по комнате, и утром подумала: опять этот топает.

Первый правильный поступок ты сделал случайно. Ты не написал ей сразу. Не из силы. Не из достоинства. Достоинство валялось где-то между голосовым и фразой «ответь хотя бы из уважения». Ты не написал, потому что тебя мучило от себя. Иногда спасение выглядит не как воля, а как тошнота. Рука открыла чат, большой палец уже стоял над строкой ввода. Ты хотел написать: «Прости за вчера, я был не в себе». Красивая фраза. Почти взрослая. Почти честная. Только вот проблема: ты хотел отправить её не для того, чтобы извиниться. Ты хотел, чтобы она ответила: «Я понимаю». Потом ты бы написал: «Спасибо». Потом: «Мне правда стыдно». Потом: «Ты как?» Потом: «Я скучаю». Потом снова стоял бы посреди ночи в трусах, как сотрудник аварийной службы, который сам прорвал трубу и теперь героически тонет. Не надо. Извинение после унижения часто не лечит унижение. Оно просто надевает на него чистую рубашку и ведёт обратно к двери.

Ты стёр черновик. Потом снова набрал: «Я не хотел тебя пугать». Стер. Набрал: «Я правда больше не буду». Стер. Набрал: «Я понимаю». Стер. Каждая фраза была крючком, переодетым в вежливость. Мозг шептал: надо закрыть нормально. Надо оставить хорошее впечатление. Надо показать, что ты не такой. Смешно. Вчера ты четыре минуты тридцать восемь секунд показывал, какой ты. Сегодня тебе захотелось срочно нанять пиарщика для руин. Человек после расставания постоянно пытается не пережить боль, а отредактировать свой образ в глазах того, кто ушёл. Как будто если она будет думать о тебе чуть лучше, тебе станет легче жить в собственной коже. Не станет. Твоя кожа всё равно останется на тебе. Вместе с потом, стыдом, недосыпом и тем фактом, что взрослый мужик может за ночь превратиться в мокрую салфетку с правом голоса.

В десять двадцать три позвонила мать. Ты посмотрел на экран и понял, что вселенная решила добить тебя семейным способом. Мать звонила редко просто так. Обычно у звонка была цель: спросить про здоровье, сообщить про давление, напомнить, что двоюродный Саша купил квартиру, или аккуратно вставить нож в мягкое место фразой «мы же не вечные». Ты не взял. Через минуту пришло сообщение: «Как ты?» Вот оно. Две самые страшные слова после расставания. Потому что отвечать «нормально» — врать. Отвечать честно — открывать канализационный люк. Ты написал: «Потом перезвоню». И тут же почувствовал вину. Вина была у тебя хорошо натренирована. Семейная порода. Домашняя. Умная. Знала команды: сидеть, лежать, заслужи любовь. Ты отложил телефон. Он снова зажужжал. Ден. «Живой?» Ты посмотрел на это слово и почему-то чуть не расплакался. Не потому что Ден был великим другом. Ден был обычным другом. Из тех, кто вместо «я рядом с твоей болью» говорит «ты чё, совсем охуел?» и этим иногда спасает лучше сертифицированного специалиста. Ты написал: «Да». Потом добавил: «Написал ей вчера». Он ответил почти сразу: «Сколько?» Ты посмотрел на чат. «Много». Ден прислал: «Бля». Потом: «Ничего больше не пиши». Потом: «Я вечером заеду». И ещё через секунду: «Телефон от себя убери, животное». Вот это была любовь. Не красивая. Не с открытки. Но настоящая. Человек увидел, что ты горишь, и не стал обсуждать архитектуру пожара. Сказал: убери бензин.

Ты кинул телефон на диван. Он отскочил, упал экраном вверх. Чат с Аней всё ещё был открыт. Её последнее сообщение смотрело на тебя спокойно, почти устало. «Ты меня пугаешь». Эта фраза поселилась в комнате. Села на стул. Закинула ногу на ногу. Ты ходил мимо неё на кухню, в ванную, обратно, а она каждый раз поднимала глаза: ну что, герой? Дописался? Ты включил душ. Вода была слишком горячей, но ты не убавил. Было приятно, что хоть что-то снаружи сильнее того, что внутри. В душе ты вспомнил, как она стояла здесь две недели назад, чистила зубы и говорила с пеной во рту: «Илья, ты меня вообще слышишь?» Ты тогда смотрел в телефон. Кажется, читал какую-то тупую новость про актёра, который развёлся с женой. Как символично. Ты сказал: «Слышу». Она посмотрела на тебя в зеркало. Не зло. Хуже. Устало. Усталость в отношениях — это когда человек ещё рядом, но внутри уже собрал сумку. Ты не увидел. Или увидел и сделал вид, что это просто плохой день. Мужчины часто называют плохим днём то, что женщина уже месяц складывает в чемодан.

После душа ты надел чистую футболку. Это был второй правильный поступок. Маленький, тупой, почти оскорбительно бытовой. Когда у тебя внутри разрушен храм, странно обсуждать футболку. Но жизнь после расставания не собирается сразу из смыслов. Она собирается из носков, воды, душа, вынесенного мусора, непрсмотренной сторис, неотправленного сообщения. Великие прозрения придут потом, если придут. Сегодня твой потолок — не пахнуть собственной катастрофой. Ты вернулся в комнату и впервые за утро посмотрел на её вещи не как на реликвии, а как на предметы. Кофта. Книга. Зарядка. Расчёска. Тюбик крема. Всё это лежало здесь и нагло продолжало быть материальным. Любовь ушла, а зарядка осталась. Вселенная — та ещё сука с чувством юмора. Ты взял коробку из-под старого принтера и поставил

посреди комнаты. На коробке было написано «бережная доставка». Отлично. Туда и сложим остатки человека, которого ты хотел удержать голосовыми.

Первой пошла книга. Роман, который она читала месяц и так и не дочитала. Закладка торчала где-то на середине. Ты хотел открыть страницу и посмотреть, на чём она остановилась, как будто литература могла дать ответ, почему она остановилась с тобой. Не открыл. Положил в коробку. Потом крем. Потом зарядка. Потом расчёска. На расчёске были её волосы. Вот тут ты завис. Несколько тёмных длинных волосков, застрявших между зубцами. Раньше это бесило. Волосы в ванной, волосы на подушке, волосы на твоей чёрной футболке, волосы в сливе, волосы в супе — она смеялась и говорила: «Это я тебя пометила». Сейчас эти волосы выглядели как доказательство жизни на Марсе. Ты держал расчёску и думал, что человек может уйти, но оставить такие мелочи, которые потом будут держать тебя крепче, чем объятия. Ты почти понюхал её. Почти. Вот до чего доходит мужчина после расставания: стоит в чистой футболке, с мокрыми волосами, держит женскую расчёску и торгуется с собой, нюхать или не нюхать. В этот момент никакой древний воин внутри не просыпается. Ни один внутренний альфа не кладёт тебе руку на плечо. Есть только ты, расчёска и шанс не стать ещё чуть более жалким. Ты положил её в коробку. Быстро. Как горячий уголь.

К обеду ты не написал. Это не звучит как подвиг. Никто не даст медаль. Не позвонит губернатор. Не выйдет статья «Местный мужчина четыре часа не добивал себя сообщениями». Но это был подвиг, просто очень грязный и незаметный. Ты ходил по квартире, ел хлеб прямо из пакета, пил воду, открывал чат, закрывал чат, открывал, закрывал. Один раз зашёл в её профиль. Фото не изменилось. Это почему-то разозлило. Если бы изменила, ты бы умер. Не изменила — тоже плохо. Боль после расставания талантлива. Она умеет из любого факта сделать табурет, на котором ты вешаешься морально. Она онлайн — плохо. Не онлайн — хуже. Посмотрела сторис — зачем? Не посмотрела — значит, всё равно. Написала — больно. Молчит — больно. Ты думал, что страдаешь из-за неё. На самом деле часть тебя страдала из-за того, что больше не могла управлять даже погодой в маленьком приложении с её именем. Она исчезла из зоны контроля, и ты обнаружил, что называл любовью очень много контроля. Неприятное открытие. Такие открытия обычно не ставят на кружки.

Вечером ты сел за стол и достал блокнот. Не потому что ты стал осознанным. Просто Ден написал: «Запиши всё, что хочешь ей отправить. На бумаге. Бумагу ей не отправишь, если только совсем поехавший». Бумага была старая, в клетку, с пятном кофе на обложке. Ты написал сверху: «Аня». Посмотрел. Зачеркнул. Написал: «Не отправлять». Потом начал. «Я не понимаю, как ты могла». Зачеркнул. «Я понимаю, что сам виноват». Зачеркнул. «Я скучаю». Не зачеркнул. Сидел и смотрел на эти два слова. Они были маленькие, бедные, незащитные. Без всей ночной мишуры. Без обвинений. Без «ты меня сломала». Без «я всё понял». Просто «я скучаю». И это было правдой. Дерьмовой, бесполезной, опасной, но правдой. Ты скучал. По ней. По себе с ней. По звуку ключа в двери. По её раздражающему «ты опять без шапки». По тому, как она спала, отвернувшись, и ты сначала обижался, а потом придвигался и клал руку ей на живот. По тому будущему, которое ты придумал без её письменного согласия. По версии жизни, где вечером кто-то спрашивает: «Ты будешь чай?» и этим простым вопросом делает тебя человеком, у которого есть место в мире.

Ты закрыл блокнот. Не отправил. Не сфотографировал. Не написал ей «я написал тебе письмо, но не отправлю». Это тоже важный момент, потому что некоторые мужчины умудряются превратить даже неотправленное письмо в отправленное сообщение. «Я не буду тебе писать, просто хочу сказать, что написал и не отправил» — это как алкоголик, который звонит бывшей бутылке и сообщает, что не пьёт. Не надо. Если ты не пишешь — молчи. Молчание, конечно, не делает тебя святым. Оно вообще ничего красивого с тобой не делает. Ты всё ещё можешь быть потным, злым, жалким, зависимым, обиженным, голодным, с грязной раковиной и лицом человека, который проиграл спор с собственной нервной системой. Но молчание хотя

бы не даёт тебе продолжать раскладывать себя перед ней, как нищий раскладывает мелочь на ладони. Сегодня этого достаточно.

Ден приехал ближе к восьми. Привёз пакет еды, минералку и выражение лица человека, который заранее устал от твоей романтической катастрофы, но всё равно пришёл. Он зашёл, посмотрел на тебя, на коробку с её вещами, на блокнот, на бутылку пива на кухне и сказал:

— Ну ты и красавец.

— Спасибо.

— Это не комплимент.

— Я понял.

— Не факт.

Он прошёл на кухню, открыл окно, поморщился.

— Тут пахнет как в баре, где умерла надежда.

— Поэтично.

— Я стараюсь. Телефон где?

— На диване.

— Дай.

— Зачем?

— Затем, что ты сейчас похож на человека, который говорит «я просто подержу нож, резать себя не буду».

— Я не собираюсь ей писать.

Ден посмотрел на тебя так, как смотрят на собаку, которая сидит рядом с колбасой и рассказывает про силу воли.

— Конечно. Поэтому дай телефон.

Ты хотел спорить. Внутри тут же поднялся маленький юрист: это мой телефон, моя жизнь, я взрослый человек, я сам решу, это унижительно, друзья не должны контролировать, мне надо быть сильным. Маленький юрист был жалким говнюком. Он защищал не твою свободу. Он защищал доступ к дозе. Ты молча взял телефон и протянул Дену. Он положил его себе в карман.

— На сколько? — спросил ты.

— До утра.

— Мне будильник.

— Я поставлю тебе будильник на твоей древней микроволновке, если надо.

— Очень смешно.

— Да нет, смешно было ночью. Сейчас восстановительные работы.

Вы ели молча. Пицца была резиновая, сыр тянулся, как твоя надежда: неприятно, долго и в конце всё равно рвался. Ден рассказывал какую-то ерунду про работу, про человека, который третий день не мог согласовать макет, потому что «зелёный недостаточно уверенный». Ты слушал плохо, но слушал. Иногда это всё, что может сделать друг: говорить рядом о какой-то чуши, чтобы в комнате появилась жизнь, не связанная с женщиной, которая ушла. Через час Ден сказал:

— Ты ей завтра не пиши.

— Я понял.

— Нет. Ты понял сейчас. Завтра утром у тебя мозг снова начнёт работать как мошенник.

— И что делать?

— Пиши мне. Хочешь ей — пишешь мне.

— Это тупо.

— Конечно тупо. Ты вчера записал четырёхминутное голосовое бывшей в три ночи. Мы не на олимпиаде по эlegantности.

Ты впервые за день засмеялся. Коротко. Некрасиво. Но это был смех, не похожий на тот из голосового. Без попытки доказать. Просто воздух вышел из груди и не забрал с собой кусок внутренностей. Потом снова стало плохо. Но уже не так торжественно.

Ночью ты лёг в кровать. Не на пол. Это тоже надо отметить. Мир после расставания должен считать мелочь, потому что крупного у него пока нет. Телефон был у Дена. Чат был далеко. Аня была далеко. Её вещи лежали в коробке, кроме серой кофты на стуле. Ты её оставил. Конечно, оставил. Не надо делать вид, что ты за один день стал человеком, который спокойно складывает всё прошлое в картон и заклеивает скотчем. Ты оставил кофту, потому что вечером тебе может стать совсем плохо. Потому что ты слабый. Потому что ты живой. Потому что иногда слабость и жизнь в первые дни неотличимы. Главное — не писать. Не превращать слабость в действие. Не делать из боли посыльного, который несёт твоё сердце человеку, попросившему больше не стучать.

Перед сном ты поймал себя на странной мысли: день закончился, а ты не отправил ей ни одного нового сообщения. Не «не хотел». Хотел. Раз двадцать. Не «отпустил». Ничего ты не отпустил. Отпускают воздушный шарик, когда тебе пять и мама врёт, что он улетит к звёздам. Взрослые люди не отпускают так быстро. Они сперва держат, рвут пальцы, кровят, матерятся, торгуются, ненавидят нитку, шарик, небо и всех прохожих. Но сегодня ты не написал. Это не победа над любовью. Не исцеление. Не новая жизнь. Это просто первый мешок песка у двери, за которой стоит вода.

Правило дня простое и некрасивое: не чини унижение новым унижением. Ты уже написал. Ты уже показал рану. Ты уже попытался сделать из неё сирену, чтобы она вернулась и спасла тебя от тебя самого. Не спасёт. И не должна.

День 1. Телефон — это не сердце. Но ты всё равно его щупаешь

Утро началось не с боли. Это важно. Боль пришла секунд через семь, как тупой сосед сверху, который сначала роняет что-то тяжёлое, а потом уже включает дрель. Сначала было просто тело: липкий язык, тяжёлая голова, пересохшие глаза, футболка, прилипшая к груди, и правая рука, которая шарилась по простыне в поисках телефона. Автоматически. Без мысли. Как собака ищет миску. Как курильщик ищет пачку. Как человек, которому ампутировали кусок жизни, всё ещё пытается почесать место, где раньше была нога. Телефона не было. И от этого стало страшно. Не спокойно. Не свободно. Страшно. Внутри что-то взвилось: где он? что с ним? а вдруг она написала? а вдруг удалила чат? а вдруг звонила? а вдруг передумала? а вдруг умерла? а вдруг жива, и это ещё хуже? Ты сел на кровати так резко, что в висках щёлкнуло. Комната была серой, утренней, с той мерзкой честностью, с какой утро показывает всё, что ночь пыталась сделать драматичным. На стуле висела её серая кофта. Вчера ты оставил её как слабак. Сегодня она висела как свидетель. Не обвиняла, не жалела, просто висела, и от этого хотелось накрыть её пакетом, как мебель в квартире умершего. В коридоре на полу стояла коробка с её вещами. Коробка не стала символом. Не надо врать. Она была просто коробкой из-под старого принтера, в которую ты сложил чужую расчёску, крем, книгу и часть собственной кожи. Символы придумали люди, у которых хватает сил красиво говорить о боли. У тебя сил хватало только на то, чтобы искать телефон.

Ты вспомнил: телефон у Дена. Вчера он забрал его, потому что ты был похож на человека, который утверждает, что умеет плавать, стоя по шею в болоте и держась за кирпич. Первой реакцией была благодарность. Длилась она меньше, чем твоя гордость вчера. Потом началась злость. Каким правом он забрал? Тебе тридцать четыре. Ты взрослый мужик. Ты платишь за квартиру, умеешь сам менять лампочку, один раз даже разобрал сифон под раковиной, хотя потом три дня пахло так, будто в кухне похоронили маленького сантехника. Ты не ребёнок. Ты сам решаешь, писать тебе бывшей или не писать. Вот это и есть первый утренний обман: «я сам решаю». Нет, брат. Не сегодня. Сегодня решает твоя ломка. Сегодня у руля сидит маленькое голодное животное с красными глазами, которое всю ночь грызло проводку в твоей голове

и теперь требует проверить, не появилось ли новое сообщение. Оно не хочет свободы. Оно хочет дозу. Оно говорит голосом взрослого: «Мне просто нужно знать». «Мне просто надо закрыть вопрос». «Я просто посмотрю, ничего отправлять не буду». Все наркоманы истории человечества начинали с «я просто посмотрю». Никто не говорит: «Сейчас я аккуратно суну лицо в мясорубку и проверю, насколько быстро она крутится». Все говорят: «На секунду».

На кухне было холодно. Окно Ден вчера оставил приоткрытым, и теперь в квартиру тянуло мокрым асфальтом, выхлопами и каким-то чужим утром, которое тебе не принадлежало. На столе стояла бутылка минералки, пакет с недоеденной пищей и записка от Дена, написанная его корявым почерком на обороте чека: «Телефон у меня. Не геройствуй. Поешь. Приду вечером. Не пиши ей даже в голове, debil». Ты прочитал это и почти улыбнулся. Почти. Потом представил, как Аня просыпается где-то у себя — может, у подруги, может, в своей новой маленькой пустоте, а может, вообще не одна, и от этой мысли в животе открылась шахта. Ты не знал, где она. В этом и был ад. Раньше ты знал хотя бы приблизительно: работа, дом, магазин, ванная, рядом на диване, злится на кухне, спит спиной к тебе. Теперь она стала территорией без карты. Её день больше не спрашивал у тебя разрешения. Она могла пить кофе, не сообщая. Могла смеяться. Могла надеть твою старую толстовку или выбросить её. Могла обсуждать тебя с подругой Леной, которая наверняка сказала: «Я давно видела, что он тебя давит». Лена была из тех людей, которые всё давно видят, но почему-то говорят об этом только после катастрофы, как пожарный, который приходит к пепелищу и с умным лицом сообщает: «Тут, похоже, горело». Ты ненавидел Лену. Это было удобно. Ненавидеть Лену проще, чем признать, что часть сказанного ею могла быть правдой.

Ты открыл холодильник. Там были яйца, йогурт, банка огурцов, пол-лимона, который умер достойной сухой смертью, и кастрюля с гречкой. Гречку готовила Аня. Три дня назад? Пять? До расставания время было обычным. После расставания оно стало липким, рваным, как скотч, которым пытались заклеить мокрую коробку. Ты стоял перед холодильником и смотрел на гречку так, будто она могла объяснить, когда именно всё началось. Гречка молчала. Мудрая крупа. Ты закрыл холодильник, потом снова открыл. Это тоже мужская техника выживания: открыть холодильник, увидеть там свою жизнь, закрыть, повторить через четыре минуты. Еды не хотелось. Хотелось телефона. Телефон стал органом. Не предметом. Не устройством. Органом, вынутым из тела и оставленным у друга. Ты чувствовал фантомную вибрацию в кармане спортивных штанов, хотя карман был пуст. Раз. Другой. Третий. Каждый раз рука дёргалась сама. На четвёртый ты ударил себя по бедру и сказал вслух:

— Хватит.

Голос прозвучал жалко. В пустой квартире любые приказы самому себе звучат как репетиция спектакля для тараканов.

В девять тридцать надо было быть на рабочем созвоне. В девять двадцать восемь ты всё ещё стоял в ванной и смотрел в зеркало. Оттуда на тебя смотрел человек, которому ночью вернули его настоящую внешность. Не ту, которую он показывал людям: нормальный подбородок, щетина по делу, усталость в рамках приличия. А ту, где лицо опухшее, глаза красные, волосы торчат, как плохие мысли, и на шее пятно от подушки или, может, от того, что ты вчера лежал лицом в полу. Ты почистил зубы. Паста была мятная, злая, слишком бодрая для человека, который хотел отменить существование. На полке стояла её зубная щётка. Розовая. Конечно, розовая. Почему женщины оставляют такие вещи? Чтобы ты потом утром стоял в трусах, с пеной во рту, и понимал: даже её щётка выглядит более собранной, чем ты. Ты взял её. Подержал. Положил обратно. Вещи в первые дни после расставания имеют странную власть. Их нельзя просто трогать. Каждая вещь — кнопка. Нажал — получил разряд. Щётка сказала: она здесь жила. Шампунь сказал: она пахла чистотой, когда ты уже пах тревогой. Её заколка на краю раковины сказала: ты не замечал меня, пока было время замечать. Теперь любуйся, археолог своей просранной нежности.

Созвон был ужасным не потому, что на нём случилось что-то особенное. Наоборот. Всё было слишком обычным. Коллеги говорили про сроки, правки, таблицу, какую-то задачу, где «надо докрутить смыслы». Люди, которые не знают, что ты ночью развалился, продолжают говорить с тобой так, будто ты не развалился. Это оскорбляет. Хочется, чтобы кто-то заметил. Хочется, чтобы никто не заметил. Хочется выключить камеру и умереть под одеялом. Камера была выключена. Ты сидел в футболке, которую не успел поменять после сна, и кивал в пустой экран. В чате созвона кто-то прислал смешной знак. Все поставили реакции. Ты тоже поставил. Большой палец вверх. Вот до чего дошла цивилизация: человек может поставить большой палец вверх, пока внутри у него маленький человек лежит в коридоре и зовёт маму. Тебя спросили:

— Илья, ты сможешь сегодня скинуть финальную версию?

Ты открыл рот.

— Да, конечно.

Это была ложь. Но маленькая. Рабочая. Не такая страшная, как «я всё понял». Рабочие лжи иногда держат жизнь на месте. «Да, конечно». «Сделаю». «Созвонимся». «Всё нормально». На этих фразах мужчины переходят через дни, когда им хочется лечь поперёк календаря и не вставать.

Ты закрыл вкладку. Руки вспотели. Сердце билось так, будто ты не вкладку закрыл, а вытащил ребёнка из горящего дома. Смешно? Нет. В первые дни не написать — это иногда и есть вытащить ребёнка из горящего дома. Только ребёнок — ты сам. Маленький, дурной, с телефоном в руке. Ты встал, прошёлся по комнате, вернулся, снова сел. Работать не получалось. Жить тоже. Тогда ты сделал то, что делают люди, когда не могут вынести себя: начал убираться. Не красиво. Не как в роликах, где человек после расставания включает музыку, выбрасывает старые вещи и к вечеру обретает новую кожу. Ты просто взял мусорный пакет и начал сгребать с пола салфетки, чеки, пустые упаковки, куски бумаги, крышки, какой-то засохший комок, который лучше было не идентифицировать. Уборка после ночи позора — это не забота о пространстве. Это криминалистика. Ты уничтожаешь улики. Вот здесь ты сидел. Вот здесь ронял стакан. Вот здесь, возможно, плакал, но будем считать, что нет. Вот здесь лежал телефон, когда ты писал «я не держу тебя» и держал обеими руками, зубами, всей своей сиротской биографией.

В мусорный пакет полетела коробка от пиццы. Потом пустая бутылка. Потом скомканная салфетка. Потом чек. На чеке было время: 00:46. Ты купил пиво и чипсы в магазине у дома, где продавщица с усталым лицом пробила всё молча. Ты вспомнил её взгляд. Она, возможно, ничего не заметила. А возможно, видела таких каждую неделю: мужчины с красными глазами, пивом, чипсами, лицом «я просто вечерком посижу», а внутри у них уже открыта аварийная дверь. Магазины у дома знают о расставаниях больше, чем психологи. Они видели все стадии: первое пиво, второй виски, цветы «просто поговорить», шоколад «для неё», презервативы «назло», минералка «после», сигареты «я не курю, но дайте». Продавщицы молчат, потому что касса не исповедальня. Но если бы они писали книги, мужская литература стала бы честнее.

В одиннадцать пришёл Ден. Не вечером, как обещал, а раньше. У него был ключ? Нет. Ты сам когда-то дал ему запасной, после того как захлопнул дверь и три часа сидел на лестнице в домашних тапках, пока Аня ехала через весь город тебя спасать. Ещё одна маленькая сцена из прошлого, которая теперь кусалась. Ден вошёл без церемоний, держа в руках кофе и пакет с какими-то булками.

— Ты на работе? — спросил он.

— Типа.

— Выглядишь как человек, который проиграл стиральной машине.

— Спасибо.

— Я не за комплиментами.

Он поставил кофе на стол, посмотрел на мусорный пакет.

- О, прогресс. Уже хороним улики.
- Я убираюсь.
- Конечно. Все преступники так говорят.
- Телефон дай.
- Нет.
- Мне надо по работе.
- Для работы у тебя ноутбук.
- Мне нужно проверить сообщения.
- От кого?
- От людей.
- Аня теперь «люди»?

Ты промолчал. Ден сел на стул, который раньше был Аниным местом за столом. Тебя это кольнуло. Глупо. Стулья не верны никому. Но всё равно кольнуло.

- Она могла написать по вещам, — сказал ты.
- Если напишет, я скажу.
- Ты читал мои сообщения?
- Нет.
- А если она написала что-то личное?
- Брат, после твоего ночного концерта слово «личное» уже лежит в реанимации.

Ты хотел разозлиться, но сил хватило только на то, чтобы взять кофе. Он был слишком горячий и слишком хороший. Ден умел покупать нормальный кофе, хотя в остальном был человеком, который мог три месяца есть макароны с тунцом и считать это системой питания.

- Я не собираюсь ей писать, — сказал ты.
- Отлично.
- Просто надо вернуть телефон.
- Нет.
- Ты не можешь меня контролировать.
- Я и не контролирую. Я временно охраняю тебя от твоего внутреннего придурка.
- Это унижительно.

Ден пожал плечами.

- Унижительно — это голосовое на четыре с половиной минуты. Это — профилактика.

Он был прав. Ненавидеть правого друга — отдельная дисциплина после расставания. Ты хочешь, чтобы тебя поняли, но не слишком точно. Хочешь, чтобы тебя поддержали, но не мешали твоим любимым способам самоуничтожения. Хочешь, чтобы рядом был человек, но без свидетеля твоего дерьма. Ден сидел, пил кофе и не делал вид, что ты красив в своей боли. Это бесило. И спасало.

- Она написала? — спросил ты тихо.

Ден достал твой телефон из кармана, посмотрел экран. У тебя внутри всё сжалось, как кулак.

- Нет.

Слово упало на стол и осталось лежать между вами. Нет. Две буквы. Пустая тарелка. Ты кивнул, будто именно этого и ожидал. Внутри маленький сценарист умер в луже. Если бы она написала, было бы плохо. Не написала — ещё хуже. Потому что молчание не даёт материала. Его нельзя разбирать на интонации. Нельзя перечитывать. Нельзя найти лишнюю запятую и решить, что она всё ещё сомневается. Молчание — это бетонная стена без надписей. Ты сидишь перед ней и начинаешь писать смыслы собственной кровью.

- Ешь, — сказал Ден.
- Не хочу.

— Мне насрать. Ешь.

— Ты очень тонко поддерживаешь.

— Я не тонкий человек.

Он развернул булку, сунул тебе. Ты откусил. Тесто было суховатое, крошки посыпались на стол. Ты жевал и вдруг понял, что голоден. Это было почти оскорбительно. Как можно хотеть есть, когда любовь умерла? Легко. Тело — подлый практик. Ему плевать на метафоры. Ему нужна глюкоза, вода, сон и чтобы ты перестал травить его ночными истериками. Душа лежит на полу и говорит: «Я больше не могу». Тело отвечает: «Сначала поешь, драматург». В этом есть что-то унизительно здоровое. Ты доел булку. Потом вторую. Ден сделал вид, что не заметил.

— План на день, — сказал он.

— У меня нет плана.

— Будет. Первое: не пинешь.

— Очевидно.

— Для тебя нет. Второе: работаешь два часа. Третье: отдаёшь мне пароль от соцсетей или хотя бы выходишь из них на ноуте.

— Нет.

— Тогда я забираю роутер.

— Ты псих?

— Сегодня да. У нас распределение ролей: ты брошенный, я псих.

— Я не буду выходить из соцсетей.

— Потому что?

— Потому что это уже перебор.

— Потому что ты хочешь следить.

Ты посмотрел в окно. На улице кто-то ругался у подъезда. Женский голос, мужской голос, короткий лай собаки. Город давал фоновую дорожку к твоей внутренней помойке.

— Я просто хочу знать, что она жива, — сказал ты.

Ден фыркнул.

— Она жива. Она же не в тайгу ушла.

— Ты не понимаешь.

— Понимаю. Ты хочешь знать, страдает ли она правильно.

Вот это было больно. Не громко, не драматично, а точно. Как игла под ноготь. Ты отвернулся.

— И что, мне вообще ничего не знать?

— Да.

— Это невозможно.

— Нет. Невозможно родить через нос. Не заходить в её соцсети — возможно. Просто мерзко.

Ты ненавидел эту практичность. Она отнимала у боли её корону. Хотелось, чтобы твоя катастрофа была огромной, редкой, почти священной. А тебе говорили: выйди из аккаунта, поешь, два часа поработай, не лезь в сторис. Грязная первая помощь всегда унижает романтика. Когда человек истекает кровью, ему не читают стихи о красоте крови. Ему пережимают артерию. Больно. Грубо. Без музыкального сопровождения. Ты вышел из соцсетей на ноутбуке. Не героически. Со злостью. Нажал «выйти» так, будто это Ден виноват, что Аня ушла. Потом удалил сохранённый пароль. Потом понял, что пароль помнишь наизусть. Ден посмотрел на тебя.

— Запиши новый на бумаге, бумагу мне.

— Ты издеваешься?

— Уже нет, я вошёл во вкус.

Вы сменили пароль. Ден забрал бумагу. Ты чувствовал себя школьником, у которого отобрали сигареты. Взрослый мужчина, тридцать четыре года, сидит на кухне с другом, который меняет ему пароль от социальной сети, потому что иначе взрослый мужчина будет лазить смотреть, не выложила ли бывшая фотографию кофе. Если бы это увидел твой отец, он бы молча вышел курить. Хотя отец и так молчал почти всю жизнь. Это был его талант. Некоторые мужчины передают сыновьям инструменты, машины, квартиры. Твой передал тебе умение закрываться так плотно, что внутри заводится плесень. Ты вдруг вспомнил, как в детстве мать плакала на кухне, а отец сидел в комнате, смотрел телевизор без звука и делал вид, что это не с ним. Ты тогда подумал: взрослые мужчины так справляются. Не бегают. Не просят. Не плачут. Просто становятся мебелью. Теперь тебе хотелось стать мебелью. Крепкой, деревянной, без мессенджеров. Но ты был мясом. Нервным, мокрым, уязвимым мясом с плохой памятью и доступом к интернету.

После Ден ушёл, оставив телефон у себя. Ты сел работать. Два часа превратились в сорок минут, но это были честные сорок минут. Ты поправил документ, ответил на письма, закрыл одну мелкую задачу. Никакого триумфа. Просто жизнь на секунду перестала быть только перепиской с женщиной, которая попросила не писать. Потом тебя снова накрыло. Без предупреждения. Так бывает. Ты можешь мыть чашку, отвечать на письмо, завязывать шнурок — и вдруг внутри кто-то включает проектор. Аня смеётся в ванной. Аня сидит на подоконнике в твоей рубашке. Аня говорит: «Не делай такое лицо, я просто устала». Аня в последний вечер стоит у двери и не кричит. Вот это хуже всего. Если бы кричала, можно было бы кричать в ответ. А она была тихая. Уставшая. Смотрела на тебя не как на врага, а как на тяжелую сумку, которую больше не может нести. Тогда ты сказал что-то умное, наверное. Что-то вроде: «Ты опять всё решила за нас». Прекрасная фраза для человека, который год не слышал, как другой человек просит решать вместе. Теперь эта фраза вернулась и села тебе на грудь.

Ты пошёл в ванную и наконец убрал её зубную щётку в коробку. Без музыки, без символа, без красивого кадра. Просто взял розовую щётку, завернул в туалетную бумагу, чтобы она не касалась остальных вещей, и положил рядом с кремом. Потом сел на край ванны. В ванной стало слишком тихо. У тишины после расставания есть вес. Она не пустая. Она полная. В ней звенит всё, что ты не сказал вовремя, и всё, что сказал вчера ночью, когда уже было поздно. Ты подумал о том, что мог бы написать ей одно короткое сообщение через Денов телефон. У тебя же есть его номер, можно попросить у него на минуту, соврать про банк, про работу, про код подтверждения. Маленькое животное внутри оживилось. Схема. Ход. Лазейка. Зависимость всегда талантлива в логистике. Она найдёт чужой телефон, старую почту, общий чат, комментарий под постом, перевод в банке на один рубль с сообщением «прости». Любой канал. Любую щель. Если закрыть дверь, она полезет в вентиляцию. Поэтому правило «не пиши» недостаточно. Надо ещё не становиться инженером обходных путей.

Ты встал, умылся холодной водой и сказал зеркалу:

— Не сегодня.

Звучало глупо. Но лучше глупая фраза в зеркало, чем умная фраза бывшей. Запомни это, будущий ночной идиот: пусть лучше стены слушают твою драму, чем человек, который попросил тишины. Стены хотя бы не устанут.

К вечеру вернулся телефон. Ден принёс его как опасный предмет, почти торжественно. Ты сидел за столом, перед тобой была тарелка гречки. Ты всё-таки разогрел её. Гречка Ани. Глупая, комковатая, пересоленная. Ты ел и злился, что даже крупа умеет возвращать человека лучше, чем память. Ден положил телефон на стол, но не отпустил руку.

— Правила, — сказал он.

— Ты теперь мой воспитатель?

— Сегодня — да. Первое: не открываешь чат.

— Мне надо проверить, может, она...

- Не открываешь чат.
- Ладно.
- Второе: телефон ночью не рядом с кроватью.
- Где?
- На кухне.
- А будильник?
- купишь будильник, как старик. Или поставишь ноут.
- Это уже цирк.
- Вчера был цирк. Сегодня техника безопасности.

Он ушёл через полчаса. Телефон остался на столе. Ты смотрел на него. Он лежал чёрный, тихий, невинный. Как будто не он держал в себе все твои способы быть жалким. Конечно, предмет не виноват. Телефон — это кусок стекла, металла и чужих уведомлений. Но в первые дни после расставания телефон перестаёт быть телефоном. Он становится переносным алтарём. Ты приносишь ему внимание, сон, достоинство, рабочее время, остатки аппетита. Он ничего не обещает. Просто иногда загорается, и ты снова становишься верующим. Ты взял его. Экран включился. Сообщений от неё не было. Ты открыл общий список чатов, но не её чат. Просто список. Увидел её имя ниже. Сердце сделало тупой прыжок. Никакого нового сообщения. Просто имя. Представь себе уровень падения: мужчина реагирует телом на три буквы в списке, как лабораторная крыса на лампочку.

Ты положил телефон обратно. Потом снова взял. Положил. Взял. Это был не выбор. Это был тик. Ты вдруг вспомнил, как когда-то смеялся над людьми, которые не могут оторваться от телефона. «Зависимость», говорил ты с умным лицом, листая ленту сорок минут на унитазе. Теперь зависимость получила имя, волосы, запах шампуня и способность не отвечать. Ты включил режим без звука. Потом выключил. А вдруг она напишет, а ты не услышишь? Снова включил звук. Потом понял, что звук превратит тебя в собаку Павлова. Выключил. Поставил экран вниз. Через минуту перевернул. Ничего. Ничего. Ничего. Сколько раз можно проверять отсутствие? Сколько угодно. Отсутствие после расставания — самый популярный контент. Ты обновляешь пустоту, а она каждый раз загружается идеально.

В девять вечера мать снова позвонила. Ты взял, потому что сил избегать всех людей не осталось.

- Илюш, привет. Ты как?
- Нормально.
- Ложь вышла ровно. Натренированная.
- Голос у тебя странный.
- Не выспался.
- Вы опять поругались?

Вот это «опять» ударило сильнее вопроса. Значит, для окружающих у вас уже давно было «опять». А для тебя всё ещё «внезапно». Человек, которого бросают, часто последним узнаёт, что его отношения давно выглядят больными. Он стоит внутри горящего дома и говорит: «Просто дымит немного».

- Мы расстались, — сказал ты.

На другом конце стало тихо. Не та тишина, где человек слушает. Та, где он достаёт старые семейные инструменты.

- Ой, Илюш...
- Мам, не надо.
- Что не надо?
- Вот это.
- Я ничего не сказала.
- Ты уже сказала «ой».

— Ну а что я должна сказать? Хорошая девочка была.

Вот. Первая ложка.

— Мам.

— Я же не обвиняю. Просто с тобой непросто.

Вторая.

— Я знаю.

— Ты весь в отца. Всё в себе, всё молчишь, а потом, наверное, как накопится...

Третья. Семейный суп готов. Ты закрыл глаза. Раньше такие разговоры запускали в тебе желание оправдываться. Доказывать, что ты нормальный. Что ты старался. Что ты не хотел. Что с тобой можно. Сегодня оправданий не было. Все они вчера ушли в голосовое.

— Мам, я не могу сейчас это обсуждать.

— Я же переживаю.

— Я понимаю.

— Может, ты ей позвонишь нормально? Поговорите по-человечески.

И вот оно. Родительский совет из ада, завернутый в заботу. Позвони нормально. Как будто проблема была в качестве связи. Как будто если позвонить с правильной интонацией, человек снова сможет тебя любить. Ты посмотрел на телефон в руке и почувствовал, как внутри что-то протягивает лапу: а может? Мать же говорит. Взрослая женщина. Жизненный опыт. Позвонить нормально. Не ночью. Не пьяно. Не голосовым. Спокойно. По-человечески. Вот как зависимость любит чужие голоса. Она берёт даже мать и делает из неё курьера.

— Нет, — сказал ты.

Сам удивился.

— Что нет?

— Я не буду ей звонить.

— Почему?

— Потому что она попросила не писать и не звонить.

— Но вы же не чужие.

— Уже да.

Это прозвучало слишком резко. Мать вздохнула. В этом вздохе было всё: усталость, обида, любовь, желание быть нужной, невозможность не вставить своё. Ты вдруг понял, что сейчас можешь сорваться не на Аню, а на мать. Вылить на неё всё. Сделать из неё удобный мусорный бак. Не сделал.

— Я потом перезвоню, — сказал ты.

— Илюш...

— Потом, мам.

Ты отключился. Сидел с телефоном в руке. Разговор оставил после себя липкую вину. Мать не хотела зла. Никто почти никогда не хочет зла. Люди просто суют свои руки в твою открытую грудную клетку и говорят: «Я же помочь». Иногда помощь — это ещё один способ не выдержать чужую боль. Им надо, чтобы ты что-то сделал: позвонил, помирился, отвлёкся, нашёл другую, простил, стал сильнее. Потому что смотреть, как человек просто болит, невыносимо. Но сегодня твоя задача была именно в этом: просто болеть и не превращать боль в действие.

В десять ты отнёс телефон на кухню. Положил возле чайника. Вернулся в спальню. Сразу стало невыносимо. Комната без телефона стала как палата без кнопки вызова медсестры. Ты лёг. Встал. Пошёл на кухню «попить воды». Телефон лежал. Ты не тронул. Выпил воды. Вернулся. Через пять минут снова захотелось пить. Организм, внезапно открывший в себе пустыню Сахара. Ты дошёл до двери кухни и остановился. Понял, что это не жажда. Это ты. Маленький инженер вентиляционных шахт. Ты стоял в коридоре, босой, в старой футболке, и тихо матерился. Потом пошёл обратно. Лёг. Сердце билось. В голове вспыхивали сообще-

ния, которые можно было бы отправить. «Я уважаю твою просьбу». Нет, не уважаешь, если пишешь об этом. «Мне важно, чтобы ты знала...» Ей не важно. «Я просто хотел сказать спасибо». Поблагодаришь стену. «Спокойной ночи». Особенно мерзкая фраза. Спокойной ночи — это крючок в пижаме.

Ты не написал. Не потому что стал сильным. Не потому что понял жизнь. Не потому что отпустил. Ты не написал, потому что телефон был на кухне, Ден был прав, мать была не права, а ты на секунду устал от собственного цирка. Иногда этого хватает.

Перед сном ты думал о том, что телефон действительно не сердце. Сердце у тебя билось в груди, тупое, упрямое, мокрое, как дворняга под дождём. Телефон лежал на кухне. Но весь день ты путал одно с другим. Проверял экран, когда хотел проверить, жив ли ты. Ждал уведомления, когда хотел доказательства, что тебя ещё можно выбрать. Вздрагивал от фантомной вибрации, когда на самом деле дрожало не устройство, а старая дырка внутри. Это надо запомнить, хотя ты всё равно забудешь: телефон не покажет тебе твою ценность. Он покажет только заряд батареи, время, чужое молчание и рекламу доставки роллов. Всё остальное ты придумашь сам, а потом сам же в это поверишь и сам же будешь этим избит.

Правило дня: убери телефон от больного места. Не потому что ты слабый. Хотя да, сейчас слабый. И что? Слабому человеку не кладут рядом нож и не говорят: «Главное — не режись, прояви характер».

День 2. Не называй ломку любовью

На второй день тебе кажется, что стало легче. Это первая подстава. Утро открывается почти нормально: ты просыпаешься не на полу, телефон лежит на кухне, голова не такая тяжёлая, в горле не стоит вчерашний ком из стыда, и где-то на краю сознания появляется маленькая мерзкая мысль: «Может, я уже справляюсь?» Вот тут надо быть особенно внимательным. После расставания мозг иногда делает вид, что он твой союзник. Подсовывает тебе спокойствие, как дешёвую подделку под выздоровление. Мол, смотри, ты уже не воешь, не пишешь, не проверяешь чат каждые пять минут, значит, можно чуть-чуть расслабиться. Можно открыть её фотографию. Можно зайти в старую переписку. Можно перечитать хорошие моменты, чтобы «просто попрощаться внутри». Можно потрогать рану грязными пальцами и назвать это осознанностью. Нельзя. Спокойствие второго дня — это не берег. Это тонкий лёд над выгребной ямой. Ты делаешь шаг, слышишь хруст, и через секунду уже снова сидишь по шею в собственном «я просто хотел понять».

Ты пошёл на кухню и первым делом не взял телефон. Это было хорошо. Потом взял. Это было ожидаемо. Сообщений от Ани не было. Уведомление от банка. Уведомление от приложения доставки. Уведомление из чата дома, где какая-то женщина возмущалась, что кто-то снова поставил велосипед у лифта. Мир продолжал разбрасывать свою мелкую хрень поверх твоей личной катастрофы. Ты держал телефон и смотрел на пустой экран так, будто если достаточно долго смотреть на отсутствие, оно устыдится и станет присутствием. Ничего не произошло. Аня не написала. Не передумала. Не прислала «как ты?». Не прислала «я погорячилась». Не прислала даже холодное «не забудь про мои вещи». Молчание стало плотнее. Вчера оно было стеной. Сегодня — стеной, на которой кто-то написал твоим почерком: «Она может жить без тебя». Ты положил телефон на стол, налил воды, выпил и вдруг понял, что скучаешь по ней так физически, будто тебе не человека не хватает, а кислорода. Не метафорически. Реально. Грудь была тесной. В животе пусто. В пальцах странная слабость. Ты сел на табуретку и подумал: «Я люблю её». Очень красивая мысль. Прямо с обложки плохого романа. Только проблема в том, что сейчас это была не вся правда. Может, ты правда любил. Возможно, любишь. Но в этот конкретный момент, в восемь сорок утра, сидя на кухне с несвежим дыханием и телефоном в полуметре от руки, ты не столько любил, сколько ломался. А ломка умеет наряжаться в любовь лучше любой женщины на свидание.

Ломка говорит твоим голосом. Это её талант. Она не приходит в комнату в чёрном плаще и не представляется: «Здравствуйте, я зависимость от чужого внимания, сейчас буду управлять вашим большим пальцем». Нет. Она говорит спокойно, почти разумно: «Ты скучаешь, значит, надо написать». «Ты любишь, значит, надо бороться». «Она важна, значит, нельзя так просто молчать». «Три года нельзя выкинуть одним сообщением». «Ты мужчина, добейся разговора». Какая красивая помойка. Как всё благородно. Прямо рыцарский турнир на свалке. Внутри тебя стоит потный мужик в трусах, которому страшно, что его больше не выбрали, а мозг надевает на него плащ и говорит: «Это любовь». Нет, брат. Иногда любовь — это любовь. А иногда это дрожащая рука, которая тянется к телефону, потому что без ответа ты не понимаешь, существуешь ты или нет. Не путай. От этого зависит, будешь ли ты сегодня человеком или опять станешь голосовым сообщением с ногами.

Ты решил позавтракать. Это звучит слишком взрослым для твоего состояния, но тело уже второй день пыталось вернуть себе права. На сковородке подгорел хлеб. Ты забыл выключить огонь, потому что на секунду вспомнил, как Аня стояла у плиты в твоей старой футболке и ела сыр прямо из упаковки, хотя всегда говорила, что надо красиво сервировать еду, иначе жизнь превращается в кормёжку. «Мы не животные», — говорила она. Вы тогда смеялись. Ты сказал: «Говори за себя», и она ударила тебя полотенцем по плечу. Мелочь. Ничего особенного. Раньше эта сцена даже не попала бы в архив важного. А теперь мозг достал её, отряхнул, подсветил, добавил музыку и сунул тебе в грудь как нож: смотри, вот где ты был жив. Хлеб почернел. Запах гари растёкся по кухне. Ты выкинул его в мусор и на секунду разозлился на Аню. Не за то, что ушла. За то, что теперь даже сраный тост не может просто сгореть без участия ваших отношений. Вот что делает расставание: оно приватизирует весь быт. Чайник становится воспоминанием. Простыня — уликой. Шампунь — религией. Подгоревший хлеб — поводом смотреть в стену, как человек, которому сообщили диагноз.

В ванной ты нашёл её футболку. Не серую кофту на стуле — та всё ещё висела в комнате и делала вид, что она просто вещь. Нет, футболку. Тонкую белую, растянутую, с маленьким пятном у ворота, которое не отстиралось после какого-то летнего пикника, где вы ели черешню и ругались из-за навигатора. Она лежала на дне корзины с бельём, под твоими носками и полотенцем. Ты увидел кусок белой ткани и сразу понял, чья. Есть вещи, которые узнаются не глазами, а кишками. Ты достал её. Держал двумя пальцами, будто это улика с места преступления. Футболка была грязная. Не романтическая. Не «аромат любимой женщины». Просто ткань после человеческого тела. Чуть сладкий запах дезодоранта, немного пыли, немного её кожи, немного вашей ванной, немного жизни, которую никто не удосужился красиво закрыть титрами. Ты должен был сразу бросить её в коробку. Это был нормальный вариант. Здоровый. Скучный. Невозможный. Ты поднёс футболку к лицу. Да, поднёс. Не надо делать вид, что ты только хотел посмотреть пятно. Ты вдохнул. Один раз. Потом ещё. И вот тут тебя накрыло так, как не накрывало от сообщений. Потому что текст — это голова. Запах — это подвал. Там не спрашивают разрешения. Там нет логики, гордости, планов на тридцать дней, советов друзей и правил книги. Там просто открывается дверь, и ты снова лежишь рядом с ней утром, слышишь её дыхание, чувствуешь её волосы на своём плече, бесишься, что она забрала всё одеяло, и не понимаешь, что однажды будешь готов отдать три месяца жизни за возможность снова замёрзнуть рядом с человеком, который ворует твоё одеяло.

Ты сел на край ванной с её футболкой в руках. Картина маслом: взрослый мужчина, второй день после расставания, нюхает грязную вещь бывшей девушки и думает, что это любовь. Это не повод себя ненавидеть. Это повод посмотреть правде в её некрасивую, опухшую рожу. Тебя не тянуло к высокому чувству. Тебя тянуло к дозе. К следу. К химии. К доказательству, что она была не сном, не ошибкой, не человеком, который может написать «ты меня пугаешь» и исчезнуть в своём новом дне. Футболка говорила: она реальна. Она была здесь. Она пахла так. Она касалась себя этой тканью. У тебя ещё есть доступ. Вот главное слово — доступ. После

расставания мужчина страдает не только от потери любви. Он страдает от потери доступа. Нельзя написать. Нельзя обнять. Нельзя спросить. Нельзя прийти. Нельзя положить руку на бедро в очереди. Нельзя сказать «мы». Нельзя даже честно узнать, чем она завтракала, и от этого взрослая психика начинает вести себя как вор, который проверяет окна. Футболка была незакрытым окном. Ты уже наполовину залез.

Телефон зазвонил на кухне. Ты вздрогнул так, будто тебя поймали. Футболка упала на пол. Ты выбежал из ванной, ударился плечом о косяк, матернулся, схватил телефон. Ден. Конечно, Ден. Кто ещё. Ты хотел убить его за то, что он не Аня, и одновременно обнять за то же самое.

— Живой? — спросил он.

— Да.

— Голос как у человека, который только что сделал что-то мерзкое.

— Я ничего не сделал.

— Это обычно значит, что сделал.

— Я нашёл её футболку.

На той стороне наступила пауза.

— Ты её нюхал?

— Пошёл ты.

— Значит, нюхал.

— Ден.

— Что?

— Мне очень хреново.

На этот раз он не пошутил сразу. Это было почти страшно.

— Я понял, — сказал он. — Слушай меня. Положи футболку в коробку.

— Я не могу.

— Можешь.

— Нет.

— Илья, это грязная футболка, а не сердце святой великомученицы.

— Тебе легко говорить.

— Конечно не легко. Я просто не сижу сейчас с чужим бельём как ебанный археолог любви.

— Спасибо за поддержку.

— Всегда пожалуйста. Положи в коробку.

Ты молчал.

— Ладно, — сказал Ден. — Тогда сделай проще. Не решай навсегда. Не надо сейчас быть героем. Просто положи её в пакет и вынеси из ванной. Не нюхай второй раз. На сегодня достаточно.

Это было неожиданно разумно. Не «выброси». Не «отпусти». Не «будь мужиком». Просто не нюхай второй раз. Иногда вся взрослая жизнь сужается до таких идиотских, но спасительных формулировок. Ты вернулся в ванную. Футболка лежала на кафеле, скрученная, жалкая, как маленький белый зверь. Ты поднял её и уже почти снова поднёс к лицу. Автоматически. Ден молчал в трубке. Ты почувствовал себя наркоманом под наблюдением. Плохое чувство. Полезное. Ты сунул футболку в пакет из супермаркета, завязал узел и положил пакет в коробку. Не красиво. Не символично. Просто пластик, ткань, узел. Всё. Тебя трясло. Как будто ты не футболку убрал, а отказался от последнего свидания.

— Сделал? — спросил Ден.

— Да.

— Нормально.

— Ничего не нормально.

— Я не сказал «хорошо». Я сказал «нормально». Это разные уровни катастрофы.

Ты сел на край кровати. Ден шумно выдохнул.

— Сегодня не трогай её вещи один.

— Я не ребёнок.

— Ты пять минут назад нюхал футболку.

— Принято.

— Если начнёт крыть — звони.

— Я не хочу тебя задалбывать.

— Брат, ты уже задалбал. Теперь хотя бы делай это с пользой.

Он отключился. Ты посмотрел на коробку. Пакет с футболкой лежал сверху, белый пластик с красным логотипом магазина, в котором вы вместе покупали еду по воскресеньям. Даже пакет был предателем. На нём было написано «выгодно каждый день». Очень смешно. Выгодно каждый день терять остатки достоинства на бытовых мелочах. Ты сел рядом с коробкой и впервые за утро не хотел писать Ане. Хотелось только лечь. Но это была другая усталость. Не истеричная. Тяжёлая. После ломки всегда остаётся грязная слабость, как после температуры. Тебя отпустило не потому, что стало легче, а потому что организм понял: дозу не дадут.

К полудню ты всё-таки вышел из дома. Не на прогулку. Прогулки — это для людей, у которых внутри есть свободное место под воздух. Ты вышел за хлебом, мусором и потому что квартира начала смотреть на тебя её глазами. В лифте пахло чьими-то духами и влажной собакой. На зеркальной стенке лифта была наклейка службы доставки, которую кто-то наполовину содрал, и теперь улыбчивый курьер выглядел как человек после драки. Ты посмотрел на своё отражение. Волосы мокрые после душа, щетина, куртка накинута криво, под глазами тени. Нормальный внешний вид мужчины, который утверждает, что всё под контролем. На первом этаже соседка с пятого — маленькая женщина с пакетами и лицом вечного недоверия — посмотрела на тебя слишком внимательно.

— Заболели? — спросила она.

— Нет.

— Вид у вас такой.

— Спасибо.

— Не за что.

Люди иногда говорят правду так буднично, что хочется вызвать полицию. Ты вышел во двор. Воздух был холодный, свежий, обидно настоящий. На лавке сидели два подростка, один показывал другому что-то в телефоне, оба ржали. Телефон в их руках был просто телефоном. Инструментом для тупых видео, переписок, музыки. А у тебя в кармане — граната без чеки. Это несправедливо. Предметы должны иметь предупреждающие наклейки в зависимости от состояния владельца: «Осторожно, может вызвать унижение», «Не использовать после полуночи», «При расставании хранить в недоступном для идиота месте».

В магазине ты купил хлеб, воду, бананы, пакет гречки, хотя дома уже была гречка, и зубную щётку. Себе. Почему-то именно зубную щётку. На кассе продавщица пробила товары, не поднимая глаз. Перед тобой стояла пара. Мужчина и женщина. Обычные, уставшие, в куртках, с корзиной, где лежали молоко, сыр, корм для кота и мандарины. Женщина сказала:

— Ты опять взял острое.

— Да не острое оно.

— В прошлый раз ты тоже так сказал, потом пил кефир как младенец.

Он улыбнулся. Она закатила глаза. Вот такие сцены после расставания должны быть запрещены. Их надо закрывать чёрными ширмами, как трупы после аварии. Потому что в них нет ничего особенного, и именно поэтому они убивают. Большие романтические жесты можно ненавидеть. Цветы, кольца, закаты, идиотские фотосессии на пляже — пожалуйста, забирайте. Но когда чужая женщина ругает чужого мужчину за острый соус, ты вдруг понимаешь, что ску-

чаешь не по празднику. Ты скучаешь по бытовой прописке в чьей-то жизни. По праву быть тем, кому говорят: «Ты опять». По праву бесить человека регулярно, безопасно, домашне. И когда это право отзывают, внутри тебя остаётся не свобода. Остаётся пустой кабинет, где раньше выдавали справки, что ты кому-то нужен.

Ты дошёл до дома, поднялся, разобрал пакет. Телефон всё это время молчал. Ты проверил его только один раз в подъезде. Ну ладно, два. Это всё равно прогресс, если не врать слишком нагло. Дома ты поставил воду на стол и увидел на стене маленький след от фотографии. Там раньше висел снимок из поездки: вы на фоне какого-то озера, оба шуритесь, потому что солнце било в глаза, и Аня держит тебя за руку. Фотографию она забрала, когда уходила, или ты сам снял? Ты не помнил. Остался светлый прямоугольник на обоях. Самое честное изображение расставания: человека уже нет, а контур остался. Ты подошёл ближе. На стене рядом кто-то — она, конечно — когда-то карандашом написала маленькое «не забыть купить лампочку». Лампочку вы так и не купили. Теперь это выглядело как послание с другой планеты. Не забыть. Мужик, да ты только этим и занимаешься. Не забываешь. Не забываешь так активно, что жить некогда.

Работать снова не получилось. Ты открыл ноутбук, потом закрыл. Открыл документ, потом почту, потом снова документ, потом стал смотреть на курсор. Курсор мигал. Уверенный маленький гад. Ему было всё равно, любит тебя кто-нибудь или нет. Он просто мигал, требовал текста, движения, смысла. Ты хотел написать Ане. Не сообщение. В голове. Хотел сказать: «Я нашёл твою футболку». Зачем? Что она должна с этим сделать? Заплакать? Вернуться? Сказать: «Оставь себе, вдруг совсем сдохнешь без запаха»? Ты хотел не сказать. Ты хотел, чтобы она узнала, как тебе больно. Вот это надо повторять себе до тошноты: часто ты хочешь не общения, а свидетельства. Чтобы она увидела масштаб разрушений. Чтобы подписала акт приёма-передачи твоей боли. Чтобы сказала: да, Илья, я вижу, ты страдаешь правильно, сильно, достойно, пожалуйста, получи обратно часть своей ценности. Но бывшая не комиссия по оценке ущерба. И даже если она увидит, даже если пожалеет, даже если напишет «мне правда жаль», тебе станет легче минут на семь. Потом хуже. Потому что жалость — это плохой заменитель любви. Как растворимый кофе вместо сна. Вроде что-то даёт, а потом трясёт сильнее.

Ближе к вечеру пришло сообщение от Паши. Ты не хотел ему отвечать, но телефон загорелся, и сердце всё равно прыгнуло, тупая мышца, не умеющая читать отправителя до паники. «Слышал, вы с Анькой всё? Погнали вечером, развеемся». Слово «развеемся» выглядело как дверь в подвал. Паша был другом из другой части жизни. Не близким, но шумным. Из тех мужчин, которые любую боль превращают в повод заказать алкоголь и рассказать, что все женщины одинаковые, кроме тех, которые ещё не успели доказать обратное. У Паши была борода, вечная кожаная куртка и способность говорить «брат» так, будто сейчас тебе продадут плохой кредит. Когда-то его бросила жена. Он пережил это так: похудел, купил мотоцикл, стал спать с женщинами, имена которых забывал раньше, чем вызывал такси, и всем рассказывал, что наконец-то свободен. Иногда ночью он звонил тебе пьяный и молчал в трубку. Свободные люди так не молчат.

Ты написал: «Не сегодня». Паша ответил: «Вот поэтому ты и страдаешь. Надо выбивать клин клином». Прекрасная народная мудрость, благодаря которой тысячи мужчин годами живут с гвоздями в черепе. Выбить женщину женщиной. Выбить боль алкоголем. Выбить стыд спортзалом. Выбить пустоту работой. Всё время что-то выбивать, как будто внутри не человек, а ковёр на балконе. Ты не ответил. Паша прислал ещё: «Она уже небось не парится, а ты сидишь». Вот это попало. Не потому что он знал. Он не знал ничего. Просто случайно ткнул в самое мягкое место: она, возможно, не парится. А ты сидишь. С грязной футболкой в пакете. С коробкой. С новой зубной щёткой. С неприличным желанием получить от неё хоть одно сообщение. Ты почти написал ему: «Пошёл ты». Потом стёр. Сегодня день был не про Пашу.

Но фраза осталась. «Она уже небось не парится». Ты начал представлять. Вот главная попытка: воображение без доступа к фактам. Аня сидит в кафе. Аня смеётся. Аня рассказывает подруге, что ей стало легче. Аня удаляет ваши фотографии. Аня не удаляет, потому что ей всё равно. Аня плачет. Аня не плачет. Аня смотрит в окно. Аня целуется с кем-то. Аня спит. Аня жива. Аня без тебя. Каждая версия ранила по-своему. Ты ходил по квартире и понял, что начинаешь злиться. Хорошо. Злость бодрит. Она как дешёвый энергетик на пустой желудок. На пять минут ты становишься почти сильным. «Да пошла она», — подумал ты. Потом ещё раз, уже вслух:

— Да пошла она.

Квартира промолчала. Неубедительно вышло. Ты сам услышал. В этой фразе было не освобождение, а просьба. Как будто если сказать «да пошла она» достаточно громко, она где-то там споткнётся, обернётся и поймёт, что потеряла великого человека. Злость второго дня часто не настоящая злость. Это боль, которая надела кожаную куртку Паши и пытается выглядеть опасной. Не верь ей полностью. Она может помочь встать с пола. Но если дать ей ключи от квартиры, она приведёт друзей, разобьёт посуду и напишет бывшей такое, что потом придётся менять город. Ты пошёл к коробке. Пакет с футболкой лежал сверху. Ты не развязал. Просто смотрел. Внутри снова поднялась волна. Не такая резкая, как утром, но глубже. Ты сел рядом и вдруг сказал:

— Я скучаю.

Никому. Пакету. Коробке. Стене. Себе. Сказал и не умер. Это было странно. До этого ты пытался каждый раз что-то делать со скучанием: написать, нюхать, злиться, убираться, спорить, ходить в магазин, ненавидеть Лену, отвечать Паше. А тут просто сказал. Без адресата. И в этом оказалось меньше унижения, чем в любом сообщении. Может быть, вот с этого и начинается маленькая взрослая часть: признать чувство, но не отправить его человеку как счёт за коммуналку. «Я скучаю» — правда. «Поэтому ты обязана ответить» — вымогательство. Между этими двумя фразами и проходит граница, на которой у многих мужчин заканчивается достоинство. Ты сидел на полу и учился оставлять первую фразу себе, не превращая её во вторую.

Вечером пришёл Ден. На этот раз без еды. С пакетом мусора из твоей кухни, который он сам же заставил тебя собрать вчера. Оказывается, ты забыл вынести. Он поднял пакет двумя пальцами.

— Это твой новый питомец?

— Забыл.

— Он уже почти научился говорить.

Вы вышли вместе к мусорным бакам. На улице было темно и сыро. У баков пахло гнилью, мокрым картоном и жизнью без метафор. Ден выбросил пакет.

— Как день? — спросил он.

— Нюхал футболку.

— Я в курсе.

— Почти написал.

— Но?

— Не написал.

— Значит, день не полностью просран.

Вы стояли возле мусорки, два взрослых мужчины, обсуждали грязную футболку бывшей, и это почему-то было лучше любой красивой беседы о чувствах. Может, потому что всё было на своём месте: мусор в мусорке, стыд в голосе, друг рядом, ночь вокруг. Ден закурил, хотя бросал уже шестой год.

— Паша писал, — сказал ты.

— О, гуру развода.

— Звал развеяться.

— Не ходи.

— Я и не собирался.

— Собирался.

— Немного.

— Конечно. Там простой маршрут: бар, виски, девочка с грустными глазами, утром стыд, потом сообщение Ане в стиле «я тоже живу». Спасибо, не надо.

— Ты бесишь, когда прав.

— Я себя тоже.

Он затаился и посмотрел на окна дома.

— Слушай, ты можешь скучать. Это не запрещено.

— Спасибо за разрешение.

— Я серьёзно. Тебя сейчас качает, потому что ты думаешь: если скучаю, надо что-то делать. Не надо. Скучать — это не задача. Это погода.

— Погода хреновая.

— Бывает. Но ты же не пишешь дождю голосовые.

Ты усмехнулся. Ден иногда случайно говорил почти умные вещи, а потом сразу портил их лицом человека, который сам от себя устал.

— Я сегодня понял, что хочу не её, — сказал ты. — То есть её. Но не только. Хочу, чтобы она подтвердила, что я ещё нормальный.

Ден кивнул.

— Вот это уже ближе.

— К чему?

— К днищу. А с днища хотя бы понятно, откуда отталкиваться.

— Спасибо, мотиватор.

— Обращайся.

Когда вы вернулись, ты достал пакет с футболкой из коробки. Ден напрягся.

— Ты чего?

— Спокойно.

Ты взял другой пакет, плотный, непрозрачный, положил футболку внутрь и завязал ещё раз. Потом убрал на дно коробки. Сверху положил книгу, крем, расчёску, зарядку. Маленькое действие, тупое до смешного. Но оно изменило порядок вещей. Футболка перестала лежать сверху как открытая бутылка перед алкоголиком. Она ушла на дно. Не исчезла. Не потеряла власть полностью. Но между тобой и ней появилось несколько слоёв предметов. Иногда выздоровление — это не красивое «отпустить», а просто положить опасную вещь на дно коробки и не устраивать из неё святыню.

Ночью ты снова отнёс телефон на кухню. Уже без торга. Почти. В спальне стало темно. Серая кофта всё ещё висела на стуле. Ты посмотрел на неё и сказал:

— Завтра.

Не «навсегда». Не «я готов». Просто завтра. В первые дни нельзя требовать от себя больших обещаний. Большие обещания любят большие срывы. Сегодня ты не нюхаешь футболку второй раз. Сегодня не пишешь. Сегодня не идёшь с Пашей выбивать клин клином. Сегодня не называешь каждую дрожь в руках великой любовью. Достаточно.

Перед сном боль снова пришла. Тихо, без театра. Легла рядом, на ту половину кровати, где раньше спала Аня, и стала дышать в темноте. Ты не выгнал её. Не получилось бы. Просто лежал и слушал. В голове крутилась одна фраза: «Я скучаю». Она уже не была командой. Не была поводом. Не была сообщением. Просто факт. Как температура. Как дождь. Как мусор у подъезда. «Я скучаю». И где-то рядом появилась вторая, менее красивая, но более полезная: «Это не значит, что надо писать».

Правило дня: не называй ломку любовью. Любовь может быть внутри этой боли, да. Но не всё, что орёт, является любовью. Иногда это страх. Иногда зависимость. Иногда голод по вниманию. Иногда твоя самооценка, которая привыкла жить на чужом «люблю».

День 3. Соцсети — это нож без ручки

На третий день ты проснулся с ложным ощущением порядка. Это опасная штука — порядок после двух суток позора. Квартира была всё ещё похожа на место, где человек проиграл войну с самим собой, но уже без открытой вони катастрофы. Мусор вынесен. Телефон ночью лежал на кухне. Футболка Ани была завязана в пакете и спрятана на дно коробки, как маленький радиоактивный зверёк. На стуле всё ещё висела серая кофта, но ты на неё почти не смотрел. Почти — это слово для людей, которые ещё не готовы честно признать, что смотрят. Ты даже сделал завтрак. Не подвиг века: хлеб, банан, кофе, который получился таким горьким, будто его варил твой внутренний прокурор. Но всё равно. Человек, который три дня назад записывал бывшей ночную аудиоэкскурсию по своей яме, теперь сидел за столом и ел. Снаружи это называлось «восстановление». Внутри это называлось «не расслабляйся, придунок, впереди день».

Первые два часа прошли почти прилично. Ты ответил на рабочие сообщения, не открыл чат с Аней, не трогал коробку, не нюхал ничего, кроме кофе, хотя кофе тоже пах предательски — вы пили такой по воскресеньям, когда ещё можно было ругаться из-за молока и не понимать, что однажды ты будешь скучать даже по её фразе «ты опять сделал слишком крепкий». Потом пришло уведомление. Не от неё. Конечно, не от неё. Уведомления от неё теперь стали мифологическими существами, вроде единорога, который должен прийти и сказать: «Ты всё ещё существуешь». Это был какой-то общий чат. Ты машинально разблокировал телефон, смахнул уведомление и увидел значок соцсети. Ничего особенного. Просто цветной квадратик на экране. Но внутри тебя что-то тихо подняло голову. Так наркоман видит вывеску аптеки. Так человек на диете слышит слово «пельмени». Так ты увидел маленькую иконку, за которой лежала не просто лента, а возможный доступ к её жизни. Не к разговору. Разговор запрещён. Не к телу. Тело ушло. Не к запаху. Футболка на дне коробки. А вот к картинкам — да. К сторис. К лайкам. К тому, что она, возможно, сегодня выложила кофе, окно, свою руку, улицу, кусок чужой куртки, новую жизнь, неосторожно попавшую в кадр.

Ты положил телефон экраном вниз. Хорошо. Через тридцать секунд перевернул. Плохо, но ожидаемо. Открыл рабочую почту. Закрыл. Открыл погоду. Закрыл. Посмотрел курс валют, хотя у тебя не было ни валюты, ни курса, ни нормальной причины жить в экономической реальности. Всё это была разминка перед главным. Мозг очень любит делать вид, что он просто ходит вокруг. Как кот возле стола: нет, я не хочу котлету, я просто тут прохожу, нюхаю воздух, изучаю мебель, лапа сама легла на край тарелки. Ты открыл соцсеть не сразу. Сначала сказал себе: «Я просто проверю свои сообщения». Потом: «Я не буду заходить к ней». Потом: «Если она сама попадётся, это не считается». Вот это особенно красиво. Если геройин сам прыгнул в вену, наркоман невиновен. Ты открыл приложение.

Лента сразу показала тебе чужую бодрость. У кого-то отпуск. У кого-то ребёнок в шапке с ушами. У кого-то завтрак, снятый так, будто на тарелке лежала не яичница, а премия за смысл жизни. Кто-то написал длинный пост про благодарность себе. Ты хотел оставить комментарий: «Поздравляю, а у меня бывшая попросила не писать, что будем делать с вашей благодарностью?» Не оставил. Листал дальше. Каждый чужой счастливый человек сегодня был личным оскорблением. Особенно пары. Пары надо временно цензурировать для брошенных мужчин. На первые тридцать дней выдавать интернет без людей, которые держатся за руки, едят пасту, улыбаются в зеркало лифта и подписывают: «мой человек». Твой человек больше не твой. Твоё «мой» вернули тебе с трещиной. Но алгоритму плевать. Алгоритм — это дьявол с рекламным отделом. Он чувствует, что ты ранен, и начинает подсовывать тебе отношения, бывших, советы «как отпустить», психологов с лицами людей, которые никогда не нюхали грязную футболку

на краю ванны, и подборки песен для разбитого сердца. Спасибо, интернет. Ты не дал мне умереть быстро, ты решил продавать мне бинты по подписке.

Профиль Ани был в поиске. Ты не вводил его. Он был там сам. Так ты решил. Хотя пальцы, конечно, сами набрали первую букву. «А». И приложение услужливо показало её. С фотографией. С той самой, где она стоит в чёрном пальто у стены с облупленной краской, улыбается боком, будто знает что-то, чего ты не знаешь. Теперь ты знал: она знала выход. Ты смотрел на аватарку, не открывая профиль. Это был торг. Детский, жалкий, но торг. Типа я же не зашёл. Я просто смотрю на входную дверь. Я же не вор. Я просто стою ночью у чужого окна с ломом и воспоминаниями. Большой палец завис над экраном. Внутри начался привычный базар. Открой. Не открывай. Откроешь — станет хуже. Не откроешь — будешь думать весь день. Открой и закрой быстро. Нет, быстро не получится. Просто посмотри, не выложила ли она что-то важное. Всё, что она выложила, будет важным. Даже пустой стакан. Особенно пустой стакан. Ты нажал.

Профиль открылся. Никакой музыки ада. Никаких сирен. Просто её страница. Такая же, как была. Фотографии, закреплённые сторис, короткое описание, где до сих пор стояла фраза из книги, которую ты когда-то ей подарил. Ты сразу заметил, что ваших совместных фотографий в ленте больше нет. Или они были скрыты давно? Ты не помнил. Нет, помнил. Одна точно была. Вы на набережной, она смеётся, ты щуришься, ветер портит тебе волосы, и кто-то в комментариях написал: «Какие вы красивые». Где теперь эта красота, комментатор? Где ваша экспертиза? Фотографии не было. И от этого тебя ударило. Не сильно, как в День 0. Тише. Холоднее. Будто кто-то взял маленькую ложку и выскрёб кусок под рёбрами. Удаление фотографий — это бытовая кремация. Никто не зовёт священника. Никто не надевает чёрное. Просто нажимают три точки, и год твоей жизни исчезает из публичного архива. Был человек, стал неудобный визуальный шум.

Сторис горела кружком. Новая. Вот он, нож. Не метафора. Реальный нож без ручки. Если возьмёшь — порежешься. Если не возьмёшь — будешь думать, что там. Ты сидел на кухне, телефон в руке, кофе остыл, хлеб на тарелке стал резиновым. Кружок вокруг её аватарки светился так невинно, будто не собирался вскрыть тебе живот. Ты нажал. Конечно, нажал. Потому что мы пишем не сказку о человеке, который с третьего дня стал мудрым и осознанным. Мы пишем правду. А правда такая: ты нажал.

Первая сторис была кофе. Просто кофе. Белая чашка на деревянном столе. Рядом книга. Книга не твоя. Книга вообще не важна. Но ты увеличил пальцами обложку, пытаешься понять, что она читает, как будто в названии могла быть зашифрована её позиция по вашему разрыву. На столе был край чьей-то руки? Нет. Может, тень. Может, её рукав. Может, чужой локоть. Ты приблизил. Пиксели расползлись. Вот это отдельный вид мужского падения: взрослый человек вглядывается в пиксели чужого завтрака, пытаешься вычислить наличие соперника по форме тени. Никакого соперника там, скорее всего, не было. Но боль — отличный криминалист с плохим зрением. Она видит улики в бликах, изменах — в отражении ложки, надежду — в том, что чашка одна. Одна чашка. Значит, она одна. Значит, ей тоже одиноко. Значит, можно выдохнуть. Через секунду ты сам себя возненавидел за эту радость. Ты радовался возможному одиночеству женщины, которую, по твоим словам, любишь. Вот она, прекрасная романтика разбитого сердца. Не розы. Не письма. Не «я желаю тебе счастья». А сидишь и думаешь: пусть ей будет плохо, но не слишком, просто настолько, чтобы мне не казалось, что меня выкинули как пакет с мусором.

Вторая сторис была хуже. Вид улицы. Осенний свет. Её ноги в кроссовках. Подпись: «дышать». Одно слово. «Дышать». Ты сразу прочитал его как пощёчину. Она дышит. Серьёзно? Уже? Без тебя? Три дня назад ты слушал своё позорное голосовое, а она дышит и выкладывает это в интернет. Но потом начался второй слой ада: может, ей тяжело. Может, она пишет «дышать», потому что тоже не может. Может, это сигнал. Не тебе, конечно. Или

тебе? Нет. Не тебе. Но вдруг? Мозг после расставания — это дешёвый толкователь снов. Он из одного слова «дышать» делает заседание совета безопасности. Ты десять раз пересмотрел сторис. Десять. Слово не изменилось. Ноги не признались. Улица не дала показаний. Но ты уже был не здесь. Ты был внутри её утра. Нелегально. Без визы. Без права находиться. Соцсети создают иллюзию, что ты просто смотришь. Нет. Ты вторгаешься в чужую жизнь глазами и выходишь оттуда грязным, потому что тебя туда не звали.

Третьей сторис не было. Всё. Две. Кофе и улица. Никакого мужчины. Никакого признания. Никакого «я скучаю». Никакого «свобода». Ничего достаточно ясного, чтобы умереть, и ничего достаточно тёплого, чтобы жить. Это самый плохой вариант. Брошенному человеку нужна определённость, потому что он думает, что определённость меньше болит. Враньё. Определённость тоже болит, просто без фантазий. А неопределённость превращает тебя в фабрику версий. Ты закрыл сторис. Сразу открыл снова. Посмотрел кофе. Посмотрел улицу. Закрыл. Открыл. Проверил, увидит ли она, что ты смотрел. Конечно, увидит. Это ударило отдельно. Ты выдал себя. Ты показал, что смотришь. Что рядом. Что следишь. Что всё ещё торчишь под её окнами, только цифровыми. Захотелось написать: «Случайно посмотрел». Боже. Какой великолепный план. Случайно зашёл в твой профиль, случайно открыл сторис, случайно пересмотрел семь раз, случайно умер на табуретке. Не пиши. Не объясняй свой взгляд. Это не пожарная тревога. Это просто ещё один способ постучать.

Ты кинул телефон на стол. Он заскользил и чуть не упал. Было бы хорошо, если бы упал и разбился. Но он не разбился. Телефоны, как назло, очень крепкие, когда должны погибнуть ради твоего достоинства. Ты встал, прошёлся по кухне, открыл окно. Внутри кипело. Не одна эмоция, а сразу вся помойка: ревность, облегчение, стыд, злость, надежда, унижение, тоска, желание снова посмотреть, желание выбросить телефон, желание стать человеком, который не смотрит сторис бывшей, и желание стать человеком, которого бывшая сама смотрит с тоской в глазах. Самое мерзкое было то, что ты хотел, чтобы она увидела твой просмотр. Чтобы знала: ты есть. Ты рядом. Ты молчишь, но смотришь. Вот и вся великая пауза. Мужчина думает, что не пишет, но иногда его «просмотрено» уже является сообщением. Маленьким, трусливым, без слов. «Я здесь». «Я видел». «Я страдаю». «Обрати внимание на моё молчание». Соцсети — идеальное место для людей, которые хотят не писать и всё равно писать.

Ты пошёл в комнату. Серая кофта на стуле выглядела почти насмешливо. Коробка с вещами стояла у стены. На стене светлый прямоугольник от снятой фотографии. Всё вокруг было наполнено Аней. Но теперь к этому добавилась свежая Аня из сторис: кофе, улица, «дышать». Раньше квартира была музеем прошлого. Теперь телефон принёс туда настоящее, и от этого прошлое начало гнить быстрее. Ты понял, что сторис хуже старых фотографий. Старые фотографии хотя бы мёртвые. Они уже случились. Их можно ненавидеть, оплакивать, складывать в коробку. Сторис живые. Они показывают, что человек продолжает двигаться, пока ты сидишь в трусах среди собственной археологии. Сторис говорят: она не экспонат в твоём музее. Она вышла из здания.

Дену ты написал только через двадцать минут. Это тоже симптом. Когда человек срывается, он не сразу зовёт того, кто может остановить. Сначала он пытается насладиться ядом, потом почувствовать себя виноватым, потом ещё чуть-чуть понюхать пробку, а уже потом звонит другу. Ты написал: «Я посмотрел её сторис». Ден ответил не сразу. Эти три минуты ты успел разозлиться на него за то, что он не дежурит круглосуточно у твоей психушки. Потом пришло: «Ну ты и турист по зоне отчуждения». Ты не улыбнулся. «Что там?» — написал он. «Кофе. Улица. Подпись “дышать”». «И ты, конечно, уже всё понял?» «Пошёл ты». «Значит, понял много». Ты хотел позвонить, но Ден сам набрал.

- Сколько раз смотрел?
- Неважно.
- Сколько?

— Несколько.

— Несколько — это три или двадцать?

— Ден.

— Ладно. Ты жив?

— Меня трясёт.

— Потому что ты сунул лицо в мясорубку и удивился, что там не спа-салон.

— Мне нужно было знать.

— Что?

— Как она.

— И как она?

Ты замолчал.

— Вот именно, — сказал Ден. — Ты не узнал, как она. Ты узнал, что она пьёт кофе и ходит ногами.

— Там было «дышать».

— О, тогда всё. Надо собирать консилиум.

— Не издевайся.

— Я не издеваюсь. Я пытаюсь вернуть тебя с планеты, где одно слово в сторис является юридическим документом.

Ты сел на пол у стены. Почему-то на полу после расставания честнее. Стулья требуют осанки. Диван — расслабления. Пол ничего не требует.

— Мне стало хуже, — сказал ты.

— Конечно.

— Но если бы я не посмотрел, тоже было бы плохо.

— Да. Просто плохо без новой картинки. А теперь плохо с картинкой. Поздравляю, ты обновил боль до последней версии.

— Что делать?

— Для начала выйти из её профиля.

— Уже.

— Удалить из поиска.

— Это поможет?

— Нет. Но хотя бы усложнит тебе дорогу к помойке.

— Я всё равно найду.

— Конечно найдёшь. Ты же талантливый в вопросах самоуничтожения. Поэтому усложняй. Не лечись героизмом. Строй заборы.

Ты злился, но снова понимал, что он прав. Заборы — унижительная вещь для человека, который хочет считать себя свободным. Но свобода без забора на третьем дне — это когда больной с температурой идёт голым по снегу и говорит: «Я закаляюсь». Нет, ты не закаляешься. Ты идиот с воспалением. Ты вышел из её профиля, очистил поиск, удалил приложение с главного экрана. Не из телефона — не хватило духа. Но с главного экрана. Спрятал в папку, где лежали всякие ненужные приложения: сканер документов, карта магазина, сервис, через который ты однажды покупал билеты и забыл пароль. Пусть лежит там, в цифровом чулане, между скидками и просроченными авиамилиями. Ден сказал:

— Теперь встань и выйди на улицу.

— Зачем?

— Потому что квартира сейчас будет гонять тебя к телефону кругами.

— Я уже выходил вчера.

— Поздравляю с историческим достижением. Сегодня ещё раз.

— У меня работа.

— Ты всё равно не работаешь. Ты сейчас аналитик по кофе бывшей.

Это было так точно, что стало противно. Ты надел куртку и вышел. Без цели. Просто вниз, через лифт, двор, мимо лавки, где подростки снова сидели в телефонах, мимо мусорки, где вчера вы с Деном говорили про футболку, мимо магазина, где продавщица наверняка уже видела твою внутреннюю биографию на лице. Город был серый, мокрый, без всякой литературной красоты. На асфальте плавали окурки, у подъезда стоял пакет с мусором, который кто-то не донёс до контейнера, на детской площадке одинокий пластиковый самокат лежал на боку, как сбитая лошадь маленького размера. Вот это было полезно. Реальность. Не её сторис, не твои версии, не архивы. Просто мокрый двор, грязь, собака без поводка, мужик в кепке, который матерился в телефон так, будто тоже писал не тому человеку.

На углу был маленький кофе-киоск. Ты купил чёрный кофе, хотя дома уже пил. Девушка в окошке спросила:

- С сахаром?
- Без.
- Крепкий?
- Да.

Она протянула стакан. На крышке маркером было написано «хорошего дня». Ты посмотрел на это пожелание и подумал, что люди слишком легко раздают невозможные задачи. Хорошего дня. Конечно. Сейчас только перестану лазить в сторис женщины, которая сказала, что я её пугаю, и устрою себе хороший день. Может, ещё займусь растяжкой и поблагодарю Вселенную за опыт. Ты шёл с кофе и вдруг увидел похожую куртку. Чёрную, длинную, такую носила Аня. Девушка переходила дорогу впереди, волосы убраны, шаг быстрый. У тебя сердце ударило в горло. Не она. Спина другая. Но организм уже успел устроить эвакуацию. Ноги ватные, ладонь вспотела, кофе чуть не пролился. Вот что значит третий день: ты становишься радаром. Любая похожая куртка, похожие волосы, похожий смех, похожая сумка — сигнал тревоги. Ты живёшь в городе, полном её возможных копий, и каждая копия получает право на пару секунд разрушить тебя бесплатно.

Ты вернулся домой через час. Ничего великого не произошло. Ты не прозрел. Не стал спокойнее навсегда. Но тело устало от ходьбы, и эта усталость была лучше, чем усталость от экрана. Дома ты поставил кофе на стол, открыл ноутбук и впервые за день сделал работу. Не много. Минут сорок. Потом снова потянуло к телефону. Ты взял его, но вместо соцсети открыл заметки. Написал: «Кофе. Улица. Дышать». Посмотрел на эти три слова. Смешно. Вот весь утренний ад в трёх словах. Если показать нормальному человеку, он скажет: ну и что? Кофе, улица, дышать. Ничего. А для тебя это было как медицинское заключение о смерти вашей близости. Ты дописал: «Я не знаю, как она. Я знаю только, что она выложила». Это было важнее, чем казалось. Потому что боль постоянно врёт: «Я видел её жизнь». Нет. Ты видел две картинки. Ты не видел её ночь, её лицо после того, как она выключила телефон, её разговоры, её сомнения или отсутствие сомнений. Ты не видел ничего, кроме маленького аккуратно выбранного куска, который она сама решила показать миру. И этот кусок ты проглотил целиком, вместе с тарелкой.

Вечером написал Паша. «Ну что, полегче?» Ты не хотел отвечать. Ответил. «Нет». Он прислал смеющийся смайл и голосовое. Голосовые от Паши всегда начинались с шума улицы и ощущения, что человек говорит не с тобой, а с собственным отражением в витрине.

— Брат, тебе надо перестать страдать фигнёй. Реально. Удали её везде, забей, пошли в зал, потом в бар, я тебе покажу нормальную девчонку. Ты сейчас просто заиклился. Они это чувствуют. Чем больше ты сохнешь, тем больше она кайфует. Надо, чтобы она увидела, что ты не сдох. Сторис выложи. Живой, красивый, с нами. Пусть подёргается.

Ты слушал и чувствовал, как внутри что-то соглашается. Не с умом. Ум уже понимал, что это херня. Но боль сказала: да. Пусть подёргается. Пусть увидит. Пусть узнает, что ты тоже кофе, улица, дышать. Пусть поймёт, что ты не валяешься. И тут открылся новый тон-

нельзя в ад: не смотреть её сторис, а выкладывать свои для неё. Соцсети не только нож. Они ещё сцена, на которой раненые люди танцуют перед теми, кто ушёл, притворяясь, что танцуют для себя. Ты уже видел себя: тёмная фотография из бара, рука с бокалом, подпись «жизнь продолжается», может, песня с подтекстом, может, кадр из спортзала. Господи, как стыдно. И как заманчиво. После расставания хочется стать режиссёром чужого сожаления. Снять такой ролик своей новой жизни, чтобы бывшая посмотрела и подавилась воздухом. Только проблема в том, что пока ты снимаешь ролик для неё, главная роль всё ещё у неё.

Ты не ответил Паше. Открыл камеру. Посмотрел на себя. Лицо было помятое, глаза уставшие, в волосах что-то торчало. Никакой «живой, красивый, с нами». Скорее «найден возле батареи, просит не трогать». Ты мог бы сделать вид. Свет, фильтр, чёрно-белый режим, кусок окна, кофе, книжка, умная подпись. Люди строят из фильтров целые реанимации. Ты сделал фотографию стола: кофе, блокнот, рука. Почти выложил. Подпись сама пришла: «Собираю себя». Фу. Даже не от стыда, а от фальши. Ты хотел написать не миру. Ей. Хотел сказать: смотри, я собираю себя, но так, чтобы ты увидела, как красиво я не пишу тебе. Ты удалил фотографию. Это было одно из самых полезных удалений за три дня. Потом пришло сообщение от Дена: «Не выкладывай сторис для неё». Ты уставился на экран. «Ты что, ведьма?» «Паша писал мне. Я понял, что сейчас начнётся цирк». «Я уже почти». «Удалил?» «Да». «Горжусь, клоун».

Иногда друг нужен не для глубоких разговоров, а чтобы вовремя назвать тебя клоуном до выхода на арену. Ты сидел в темнеющей кухне и думал о том, что день вроде бы прошёл без сообщений Ане, но она всё равно управляла им. Через сторис. Через отсутствие. Через желание выложить ответную картинку. Через Пашу. Через Денов запрет. Через каждую секунду, когда телефон был рядом. Это было неприятное открытие: можно не писать человеку и всё равно жить как письмо, которое ждёт отправки. Ты не отправил текст, но весь день был адресован ей. Завтрак, прогулка, кофе, работа, даже мусор — всё где-то внутри спрашивало: «А если она узнает?» «А если она увидит?» «А если ей станет жаль?» Это не свобода. Это тюрьма с хорошим интернетом.

Ты решил сделать одну простую вещь: удалить её из быстрого поиска и отключить просмотр её обновлений. Не блокировать. На это пока не было сил. Блокировка казалась слишком окончательной, слишком громкой, почти сообщением. А тебе сейчас нельзя было превращать технические действия в драматические жесты. Ты просто убрал её из видимого места. Как футболку на дно коробки. Как телефон на кухню. Как нож со стола. Сначала палец дрожал. Потом сделал. Ничего не взорвалось. Она не появилась в дверях с криком: «Как ты мог отключить мои обновления?» Мир не сменил цвет. Просто одна дорожка к боли стала длиннее. Не закрылась. Удлинилась. В первые дни этого достаточно.

Ночью ты долго не мог уснуть. Телефон лежал на кухне. Соцсеть была спрятана в цифровом чулане. Аня не написала. Ты уже знал, что она пила кофе и ходила по улице. Эти знания лежали в голове как осколки стекла: маленькие, бесполезные, блестящие. Ты пытался не думать. Получалось плохо. Тогда ты открыл блокнот и написал: «Я не знаю, как она. Я знаю, что мне больно». Потом ещё: «Я не обязан смотреть, чтобы боль была настоящей». Это звучало почти слишком умно, и ты поморщился. Но оставил. Иногда полезная мысль выглядит как фраза из дешёвого психологического плаката. Ничего. Важнее не стиль, а то, удержит ли она твою руку завтра утром.

Перед сном ты вспомнил её сторис ещё раз. Кофе. Улица. «Дышать». И вдруг понял, что весь день ненавидел не её. Не кофе. Не слово. Ты ненавидел то, что она существует отдельно. У неё есть утро, которое не является продолжением вашей ночи. Есть улица, по которой она идёт без твоего комментария. Есть воздух, который она вдыхает, не спрашивая, можно ли. Тебе было больно не только от потери любви. Тебе было больно от того, что другой человек снова стал отдельным человеком. Не частью твоего «мы», не приложением к твоей тревоге,

не подтверждением твоей ценности. Отдельным. Это взрослая правда, и она бьёт сильнее подростковой ревности. Потому что с ревностью можно спорить. С отдельностью — нет.

Правило дня: соцсети — это нож без ручки. Не бери его голыми руками и не называй это «просто посмотреть». Ты не узнаешь правду из сторис. Ты узнаешь только то, что твоя боль умеет делать из двух картинок. Не проверяй, страдает ли она правильно.

День 4. Не превращай боль в спектакль

На четвёртый день тебе захотелось сделать вид, что ты уже что-то понял. Это новая стадия распада, более приличная, чем нюхать футболку и следить за кофе в чужих сторис, но не менее опасная. После первых суток позора, после телефона на кухне, после коробки с вещами, после того как ты увидел её «дышать» и сам чуть не перестал, внутри появляется маленький режиссёр. Он выходит на сцену твоей головы, хлопает в ладоши и говорит: так, ребята, хватит валяться в грязи, давайте превратим это в красивую боль. Сделаем свет. Музыку. Подпись. Пусть будет не просто мужчина, которого бросили, а мужчина, которого бросили эстетично. Чтобы если она вдруг посмотрит, то не увидела рыхлую катастрофу в старой футболке, а увидела силуэт у окна, глубокий смысл, чёрный кофе, книгу на столе, может, руку с веной, чтобы понятно: страдает, но со вкусом. Вот это один из самых мерзких фокусов после расставания. Ты ещё не выжил, но уже хочешь красиво выглядеть в собственных обломках. Ты ещё не перестал ждать её сообщения, но уже подбираешь шрифт для своего молчания.

Утро было серым, и это тебя разозлило. Солнца не было. Дождя тоже. Просто мутная равнодушная погода, как лицо женщины в регистратуре, которая уже шесть часов слушает чужие жалобы. Ты проснулся с телефоном в руке, хотя честно клал его на кухню. Не помнил, как забрал. Значит, ночью ходил. Значит, тело теперь совершало преступления без участия сознания. Экран был тёплый, батарея на двадцати трёх процентах, открыта заметка. В заметке одна фраза: «Я не обязан смотреть, чтобы боль была настоящей». Ты написал её вчера ночью и, видимо, потом перечитывал как человек, который сам себе выписал рецепт и уже хочет увеличить дозировку. Сообщений от Ани не было. Сторис ты не смотрел. Это было хорошо. Но вместо нормального облегчения внутри появилось другое желание: пусть она теперь посмотрит тебя. Пусть увидит, что ты не просто исчез. Что ты молчишь не потому, что сломался, а потому что собираешься. Что ты, возможно, даже стал глубже. Боже, как быстро мужчина после расставания пытается сделать из своей раны бренд.

Ты открыл камеру. Не сразу, конечно. Сначала просто проверил уведомления. Потом зачем-то протёр экран футболкой. Потом посмотрел в окно. Потом увидел на столе блокнот, чашку, рассыпанную мелочь, пачку салфеток и подумал, что это выглядит «атмосферно». Вот слово, которое надо запретить брошенным людям на первые тридцать дней. Атмосферно. Всё, пиздец. Сейчас начнётся. Ты взял чашку, переставил ближе к окну. Открыл блокнот на странице, где было написано «Я скучаю», но быстро закрыл, потому что слишком прямо. Открыл на другой, пустой. Пустая страница выглядела лучше. Пустая страница — это как будто впереди новая жизнь. Хотя на самом деле впереди у тебя была работа, грязная раковина и желание проверить, не написала ли бывшая после того, как не написала вчера. Ты поставил чашку на блокнот, положил рядом ручку, сделал кадр. Не понравилось. Слишком чисто. Добавил скомканную салфетку. Слишком театрально. Убрал. Повернул чашку. Снял снова. На третьем кадре поймал себя на том, что уже пятнадцать минут ставишь натюрморт из собственного унижения, как официант в ресторане «Пострадавший, но с характером».

Подпись пришла сама: «Иногда тишина — единственный способ сохранить себя». Фу. Прямо фу. Ты прочитал и захотел дать себе по лицу, но не удалил. Потому что фраза была мерзкая, но работала. В ней было всё, что нужно для скрытого сообщения бывшей: я молчу; мне больно; я благородный; я не пишу; заметь, как красиво я не пишу. Это и есть спектакль. Не пост. Не сторис. Не картинка. Спектакль. Ты выходишь на сцену и делаешь вид, что разговариваешь с миром, хотя в зале сидит один зритель, и у неё имя из трёх букв. Ты хочешь, чтобы

она увидела. Чтобы задумалась. Чтобы ей стало неловко. Чтобы она поняла, что потеряла не ночного идиота с голосовым, а сложного мужчину, который умеет страдать в пастельном свете. Ты нажал «опубликовать» почти сразу. Палец завис. Внутри стало горячо. Вот это ощущение перед публикацией для бывшей — почти то же, что перед сообщением. Разница только в том, что ты не пишешь ей напрямую. Ты как бы бросаешь бутылку с запиской в океан, заранее зная, что океан — это её лента, а бутылка привязана к её глазу верёвкой.

Не опубликовал. Но не потому что стал мудрее. Потому что вспомнил Дена. Его лицо. Его «не выкладывай сторис для неё». Чёртов Ден теперь жил у тебя в голове как грубый ангел-хранитель с плохой кожей и нормальным кофе. Ты удалил фотографию. Потом восстановил. Потом снова удалил. Потом открыл корзину и окончательно удалил. Это была маленькая внутренняя драка, настолько жалкая, что если бы кто-то смотрел со стороны, он бы не понял, где тут битва. Мужчина сидит на кухне и удаляет фотографию чашки. Великая драма. Но правда в том, что иногда вся твоя жизнь держится именно на удалённой фотографии чашки. Потому что если бы ты выложил её, дальше ждал бы. Она посмотрела? Не посмотрела? Почему не посмотрела? А если посмотрела, что подумала? А если не подумала? А если подумала: «Ну началось»? И ты снова был бы не человеком, а приложением к её реакции. Невидимым, дрожащим, с пуш-уведомлениями вместо позвоночника.

Ты попытался работать. Получилось плохо. Мозг снова возвращался к идее публикации. Не той фотографии, другой. Может, не чашка. Может, просто вид из окна. Без подписи. Совсем без подписи. Молчаливый кадр. Очень зрелый. Очень тонкий. Очень не для неё, ага. Ты открыл галерею и начал листать старые фотографии. Это была ошибка. Галерея телефона — братская могила дней, в которых ты ещё не знал, что они станут доказательствами. Вот вы в машине. Вот её рука на твоём колене. Вот вы в магазине, она выбирает помидоры с таким лицом, будто решает судьбу региона. Вот ты снял её спину в музее. Вот она спит в поезде, рот чуть приоткрыт, ты тогда хотел сфотографировать смешно, а получилось нежно. Вот ваше селфи, где у тебя прыщ на лбу, а она всё равно поставила его на заставку на неделю. Вот снимок с того самого пикника, после которого белая футболка получила пятно. Фото — хуже вещей. Вещь хотя бы молчит в одном месте. Фото размножаются. Они в облаке, в чатах, в памяти, в старых резервных копиях, в случайных папках с названиями вроде «лето» и «разное», где лежит вся твоя бывшая жизнь без предупреждения о вреде для психики.

Ты остановился на фотографии, где Аня смеётся в твоей кухне, держа кружку двумя руками. На заднем плане виден холодильник, магнит из Калининграда, пакет гречки, твоя рука в углу кадра. Кадр был бытовой, кривой, тёплый. Не инстаграмный. Настоящий. Ты увеличил её лицо. Она смотрела не в камеру, а на тебя. Вот это убивает. Не красота. Не поза. Взгляд человека, который в ту секунду ещё был дома рядом с тобой. Ты захотел выложить это фото. Подписать: «Некоторые люди остаются даже после ухода». Господи, кто пишет эти фразы в твоей голове? Уволить всех. Всю редакцию. Сжечь офис. Но фраза уже ходила по комнате в красивом пальто. Ты представил: она увидит. Ей станет больно. Или она разозлится. Или напишет: «Удали». И это будет контакт. Любой контакт. Даже «удали» уже лучше тишины. Вот так боль превращает тебя в попрошайку у дверей конфликта. Тебе уже не нужна любовь. Тебе нужна хоть какая-то реакция, даже отрицательная. Ссора — это тоже связь. Поэтому многие после расставания начинают вести себя так, чтобы их возненавидели. Ненависть теплее пустоты. Но это плохое отопление. От него потом воняет.

Ты закрыл галерею. Телефон положил в другую комнату. Вернулся. Сел. Через минуту пошёл за ним. Не взял. Просто посмотрел. Человек, который пытается не быть идиотом, часто выглядит как идиот в коридоре. Стоит и смотрит на свой телефон издалека, будто это дикий зверь в клетке. Потом ты сделал неожиданное: взял ноутбук и открыл пустой документ. Не заметки. Не соцсеть. Документ. Назвал файл «Не отправлять». Сначала показалось пафосно. Потом нормально. Туда ты начал писать всё, что хотел выложить. Все подписи, все намёки, все

позорные фразы, все «я собираю себя», «тишина — мой выбор», «некоторые уходят, чтобы освободить место для настоящего», «я благодарен за боль», «новый этап», «дышу», «живу». Через десять минут документ выглядел как кладбище мужского самоуважения с хорошим форматированием. Ты читал и смеялся. Не весело. Но смеялся. Потому что увидел себя. Не страдающего. А позирующего. Позировать в боли — не преступление. Это человеческое. Мы все хотим, чтобы нашу боль увидели в правильном свете. Преступление начинается, когда ты путаешь видимость боли с проживанием боли.

Ты вышел на улицу без телефона. Это было почти радикально. Оставил его дома на столе. Сначала стало пусто в руке, потом в кармане, потом в голове. На улице шёл мелкий дождь, тот самый, который не освежает, а делает лицо липким. Ты дошёл до магазина, купил хлеб, воду и почему-то апельсины. На кассе перед тобой стоял мужчина лет пятидесяти с букетом роз. Не праздничным. Виноватым. Такие букеты видно сразу: они не для радости, они для ремонта. Розы были завёрнуты в целлофан, одна уже подломилась, как шея старого обещания. Мужчина смотрел в пол, продавщица пробивала цветы молча. Ты хотел спросить: брат, что натворил? Но не спросил. Может, ничего. Может, день рождения. Может, жена любит розы. А может, он тоже строит спектакль. Принесёт цветы и будет стоять в дверях, весь такой раскаявшийся, с мокрыми плечами, ожидая, что целлофан исправит годы невнимательности. Цветы после ссоры часто покупают не женщине, а своей тревоге. Держи, тревога, красивый веник, только заткнись.

На обратном пути ты увидел своё отражение в витрине. Куртка, пакет с апельсинами, мокрые волосы, лицо человека, который идёт не туда и всё равно идёт. И внезапно захотелось сфотографировать это отражение. Очень удачный кадр. Мужчина после расставания в дождливом городе, без телефона, с апельсинами, живой, но потрёпанный. Вот это можно было бы выложить. Смешно: телефона нет, а режиссёр внутри всё равно ищет кадры. Он не сдаётся. Он может снимать даже глазами. Ты пошёл дальше. Просто пошёл. Не выложил, потому что нечем. Иногда лучший способ победить спектакль — забыть дома камеру.

Дома телефон встретил тебя молчанием. Ты взял его сразу, как голодный хватается хлеб. Ничего. Аня не писала. Сторис ты не смотрел. Внутри было странное послевкусие: с одной стороны, ты не сделал глупости; с другой — никто не узнал, что ты не сделал глупости. Вот это и есть проверка. Хороший поступок, о котором не узнает бывшая, кажется почти бесполезным. Не написал — а она не знает. Не выложил — а она не видит. Вышел без телефона — никто не аплодирует. Выздоровление после расставания унизительно тем, что у него нет зрителей. Ты делаешь маленькие правильные вещи в пустой комнате, а человек, ради реакции которого ты привык жить, даже не в курсе. И постепенно, если повезёт, эти вещи начинают делаться не для реакции. Но до этого ещё далеко. Пока ты просто сидел с пакетом апельсинов и обижался на мир за отсутствие медали.

Вечером пришёл Ден. Он застал тебя за чисткой апельсина. Кожура плохо отходила, сок брызнул на палец, ноготь стал липким. Ден снял куртку, посмотрел на стол.

— О, витамины. Кто ты и что сделал с Ильёй?

— Купил случайно.

— Всё лучше, чем пиво случайно.

Он сел напротив.

— Как день?

— Хотел выложить сторис.

— Выложил?

— Нет.

— Что хотел?

— Чашку. Потом фото Ани. Потом себя в витрине.

Ден медленно кивнул.

— Богатая культурная программа.

— Паша сказал, надо показать, что я живу.

— Паша считает, что жизнь — это когда бывшая смотрит твои сторис и кусает стену.

— А ты как считаешь?

— Я считаю, что если ты выкладываешь что-то с мыслью «пусть она увидит», надо не выкладывать.

— Вообще никогда?

— Сейчас — нет. Потом, когда тебе правда будет насрать, выкладывай хоть свои носки.

— А как понять, что насрать?

Ден взял дольку апельсина.

— Когда ты не будешь задавать этот вопрос.

Раздражающе точный ублюдок. Ты рассказал ему про документ «Не отправлять». Он попросил показать. Ты не хотел. Потом показал. Ден читал молча, иногда фыркал. На фразе «тишина — единственный способ сохранить себя» он поднял глаза:

— За это надо бить полотенцем.

— Сам знаю.

— Нет, не знаешь. Ты бы выложил.

— Почти.

— Вот. Бить.

Он дочитал, закрыл ноутбук и сказал неожиданно серьёзно:

— Слушай. Ты можешь писать всю эту хрень. Даже нужно. Только не туда.

— Куда?

— В файл. В бумагу. Мне. В стену. Но не в интернет. Интернет — это когда твоя боль надевает ботинки и идёт искать адресата.

— Красиво сказал.

— Случайно. Не привыкай.

Потом вы ели апельсины. Молча. Кожура лежала на тарелке, комната пахла цитрусом, дождём и чем-то почти нормальным. Почти — опять это слово. Ден ушёл через час, забрав с собой пакет с пустыми бутылками, которые нашёл у батареи. «Чтобы не строил инсталляцию», — сказал он. Ты не спорил.

Ночью тебя всё-таки накрыло. Не сильно, но мерзко. Ты лежал в кровати и представлял, как Аня листает ленту. Твоей сторис там нет. Твоего намёка нет. Твоей красивой боли нет. Возможно, она даже не заметила твоего отсутствия. Вот это и жгло. Ты весь день удерживал себя от спектакля, а зритель, может быть, даже не пришёл в театр. Такая обида. Такая детская, маленькая, честная. Ты хотел, чтобы она заметила твоё молчание. Но молчание, которое хотят заметить, ещё не молчание. Это табличка «я молчу» с подсветкой.

Ты встал, открыл документ «Не отправлять» и дописал туда: «Я хотел, чтобы ты увидела, как я не пишу тебе. Это всё ещё письмо». Посмотрел на фразу. Она была хорошей. Не для публикации. Для удара самому себе. Потом написал ещё: «Сегодня я не выставял боль на продажу». Тут же поморщился. Слишком умно. Слишком плакатно. Стер. Оставил первую. Закрыл ноутбук. Телефон лежал на кухне. Ты даже не пошёл проверять. Ладно, почти не пошёл. Дошёл до коридора, постоял, вернулся. В темноте это тоже считалось.

Перед сном ты понял одну неприятную вещь: спектакль не всегда для других. Иногда ты устраиваешь его для себя. Чтобы не видеть, как всё просто и убого. Тебя бросили. Ты написал лишнего. Тебе стыдно. Ты скучаешь. Она молчит. Ты живёшь в квартире с коробкой её вещей и не знаешь, что делать с руками. Всё. Никакой великой драмы. Никакого финального кадра. А хочется финальный кадр. Хочется, чтобы боль была стильной, потому что стильная боль меньше похожа на слабость. Поэтому ты подбираешь подпись, свет, музыку, позу. Не надо.

Слабость не станет достоинством от фильтра. Она станет контентом. А контент — это когда твою рану можно пролистнуть.

Правило дня: не превращай боль в спектакль. Не выкладывай сторис для одного человека. Не фотографируй чашку, если на самом деле фотографируешь своё ожидание её реакции. Не пиши публичные фразы, которые являются личными сообщениями в маске.

День 5. Друзья не знают, что делать с твоей дырой

На пятый день выяснилось, что люди вокруг тебя тоже не подписывались на это дерьмо. Это важное открытие. Пока тебя бросают, тебе кажется, что мир должен срочно перестроиться под твою катастрофу: друзья должны стать умнее, мать — аккуратнее, коллеги — тише, курьеры — человечнее, а голуби у подъезда хотя бы временно перестать размножаться на фоне твоего внутреннего морга. Но нет. У каждого свои дела. У Дена — работа, язва от кофе и привычка спасать тебя так, будто он таскает мешок картошки по лестнице. У Паши — бары, громкие советы и старый развод, который он носит на себе как кожаную куртку: вроде стильная, но пахнет потом. У матери — суп, вина и телевизор, где все мужчины либо погибают, либо женятся на хороших женщинах, а третьего варианта нет. У коллег — сроки. У продавщицы — очередь. У мира — четверг или пятница, ты уже перестал понимать. И никто из них не умеет правильно обращаться с твоей дырой в груди. Они тыкают в неё словами, едой, шутками, советами, молчанием, приглашениями выпить, фразами «держись» и «ну ты же мужик». Никто не попадает точно. Потому что точно попасть невозможно. Это не кнопка лифта. Это дыра.

Утро началось с того, что Ден не написал. Вчера он писал почти сразу: живой? ел? не выложил? не писал? сегодня молчал. Сначала ты воспринял это нормально. Человек живёт. У него своя жизнь. Он не обязан дежурить возле твоей психушки с ведром и каской. Через полчаса нормально прошло. Через сорок минут ты уже злился. Очень удобно: бывшая молчит — больно; друг молчит — предательство; мать пишет — раздражает; Паша зовёт пить — бесит; никто не угадывает нужную дозу участия, потому что сам ты её не знаешь. Хотелось, чтобы Ден сам понял: сегодня надо написать, но не слишком рано; спросить, но не давить; пошутить, но не обесценить; быть рядом, но не лезть; дать совет, но только тот, который ты уже готов принять; принести еду, но не смотреть на тебя как на человека, которому принесли еду, потому что он не справляется. Нормальный набор требований к другу: будь телепатом, терапевтом, братом, санитаром и тихой мебелью одновременно. Ты открыл чат с Деном. Последнее сообщение от него было вчера: «Не делай из боли цирк». Ты набрал: «Ты где?» Стер. Слишком требовательно. Набрал: «Как дела?» Стер. Слишком нормально. Набрал: «Мне сегодня как-то странно». Оставил. Отправил. Через секунду пожалел, потому что это была не фраза, а крючок с табличкой «спроси меня подробнее». Ден прочитал через девять минут. Ответил: «На созвоне. Позже». Всё. Позже. Четыре буквы, которые на пятый день после расставания могут превратить взрослого мужчину в обиженную школьницу с плохой щетиной. Ты посмотрел на это «позже» и почувствовал тупую злость. Позже? А у меня, между прочим, внутри сейчас не позже. У меня внутри прямо сейчас. Но люди не живут внутри твоего прямо сейчас. У них свои созвоны.

Ты написал: «Не сегодня». Мать ответила: «Как хочешь». Вот эта фраза. «Как хочешь». В ней было столько обиды, что можно было утеплить подъезд на зиму. Ты сразу почувствовал себя плохим сыном. Плохим мужчиной ты уже был, плохим бывшим — тоже, теперь можно добавить плохого сына, чтобы коллекция не простаивала. Хотелось объяснить: мама, я не могу сейчас ехать к тебе, потому что ты будешь любить меня так, что мне станет ещё хуже. Ты будешь жалеть меня, обвинять меня, кормить меня, вспоминать отца, гладить по плечу, когда я не хочу, чтобы меня трогали, и говорить правильные глупости, потому что молчать с чужой болью ты не умеешь. Но это слишком длинно для сообщения матери. Поэтому ты написал: «Спасибо. Позже». Смешно. Теперь ты сам стал Деном. Позже. Все мы постоянно передаём друг другу это «позже», как грязную чашку, потому что не знаем, куда деть чужое сейчас.

В обед написал Паша: «Сегодня без вариантов. Я заеду в девять». Ты даже не удивился. Паша был человеком, который считал чужое «нет» предварительным этапом переговоров. Ты ответил: «Не надо». Он прислал голосовое. Разумеется. Паша вообще жил голосовыми, потому что текст не вмещал его уверенности в себе. Ты включил.

— Брат, я всё понимаю. Пятый день самый поганый. Ты уже не в остром шоке, но ещё в полной жопе. Поэтому нельзя сидеть одному. Мы не будем бухать в хлам, просто выйдем. Посидим. Людей увидишь. Нормальных женщин. Поймёшь, что мир не закончился. А если будешь сидеть в своей берлоге, то опять полезешь к ней в профиль или начнёшь писать стихи. Я тебя знаю.

Ты хотел ответить: «Ты меня не знаешь». Но он знал кусок. Кусок — да. И этот кусок действительно вечером полез бы в профиль, если его оставить без присмотра. Паша был опасен именно потому, что его плохой маршрут начинался с правильной точки: нельзя сидеть одному. Да, нельзя. Но «нельзя сидеть одному» не равно «надо идти в бар к людям, которые будут смеяться, пока ты внутри считаешь минуты до возможности проверить телефон». Ты написал: «Не хочу в бар». Он ответил текстом: «Тогда к тебе заеду». Вот тут ты почувствовал панику. Паша у тебя дома — это хуже бара. Бар хотя бы можно покинуть. А Паша в квартире будет ходить вокруг коробки с вещами, трогать предметы, говорить «ну и хер с ней», заглядывать в холодильник, предлагать выбросить её кофту и, возможно, действительно выбросит, пока ты будешь в ванной. Он из тех людей, которые любят помогать хирургически, без наркоза и понимания анатомии.

Ты позвонил Дену. Он не взял. Ещё один маленький нож. Потом перезвонил через двадцать минут.

— Что?

— Паша хочет приехать.

— Не пускай.

— Я сказал не надо.

— И?

— Он всё равно.

— Не открывай дверь.

— Мне тридцать четыре, Ден. Я не могу не открывать дверь другу.

— Можешь. Ты вчера мог не выкладывать чашку. Сегодня можешь не открыть дверь Паше. Растёшь.

— Он обидится.

— Переживёт. Он большой мальчик, борода есть.

— Я просто... не знаю. Может, правда надо выйти?

Ден вздохнул. На фоне кто-то говорил про правки, он явно вышел из рабочего разговора ради тебя.

— Выйти — надо. С Пашей — нет.

— Почему?

— Потому что он будет лечить твою дырку молотком. И тебе на десять минут понравится звук.

Ты молчал.

— Слушай, — сказал Ден уже мягче, насколько вообще умел. — Ты можешь сегодня выйти со мной. Без баров. Парк, шаурма, лавка, что угодно. Но не туда, где тебе будут продавать новую женщину как обезболивающее.

— Ты занят.

— Я занят. Но час найду.

Вот тут стало стыдно. Потому что ты хотел, чтобы он сам догадался, а когда догадался, стало неловко принимать. Мужчина после расставания хочет помощи, но так, чтобы не выгля-

деть нуждающимся. Это как прийти в травмпункт с торчащей костью и сказать: «Да я просто узнать, у вас бинты есть?» Ты сказал:

— Не надо, если неудобно.

— Илья.

— Что?

— Я сейчас положу трубку, если ты начнёшь этот танец.

— Какой?

— «Не надо, я сам, я не хочу напрягать, но если ты не приедешь, я тихо умру и потом буду обижаться из гроба».

Ты усмехнулся.

— Ладно. Приезжай.

— В семь. И Пашу отшей нормально.

Нормально отшить Пашу оказалось труднее, чем не писать Ане. Ты набрал: «Сегодня не получится». Паша: «Да ладно, не будь овощем». Ты: «Правда не хочу». Паша: «Ты сейчас не хочешь, потому что в болоте. Я тебя вытаскиваю». Ты: «Не надо вытаскивать меня в бар». Паша: «Она бы оценила, как ты страдаешь». Вот это было слишком. Ты смотрел на фразу и чувствовал, как она вползает под кожу. Она бы оценила. Паша, сам того не понимая, сказал главное: вся его помощь была не про тебя, а про спектакль перед ней. Он предлагал тебе не восстановление, а рекламу восстановления. Чтобы она оценила. Чтобы она пожалела. Чтобы она увидела. Чтобы она, она, она. Ты написал: «Я сегодня не живу для её оценки». Секунду смотрел на фразу. Почти удалил — слишком пафосно. Но отправил. Паша ответил через минуту: «Ого. Философ. Ну сиди». И поставил смеющийся смайл. Ты положил телефон. Было неприятно. Ты отстоял границу и почему-то почувствовал не силу, а сиротство. Так часто бывает. Граница — это не фанфары. Это когда ты закрываешь дверь и остаёшься по эту сторону один, с дрожью в руках и вопросом: а может, зря?

В семь Ден приехал в старой синей куртке, которая выглядела так, будто пережила три ремонта, один развод чужих родителей и пожар на складе картошки. В руке у него был пакет с едой, но он сразу сказал:

— Не домой. Пошли.

— Куда?

— На улицу.

— Там дождь.

— Ты не сахар. Хотя по состоянию близко: тоже весь размок.

Вы вышли. Во дворе было темно, мокро, фонари размазывались в лужах, машины шипели колёсами по грязи. Ден шёл рядом молча. И это было лучше, чем если бы он начал говорить «ну рассказывай». Самая большая проблема друзей в чужой боли — они думают, что её надо срочно заполнить словами. Как будто молчание — это провал. Нет. Иногда молчание — единственное, что не делает боль больше. Вы дошли до круглосуточной шаурмичной у метро. Там пахло жареным мясом, уксусом, мокрыми куртками и усталостью смены. Для книги про расставание это была идеальная церковь. Никаких свечей, никаких психологических ковриков, никакой музыки для исцеления. Просто лысый повар в перчатках, вертел, пластиковые стулья и мужчина за соседним столиком, который ел так, будто спасал себя от убийства.

— Тебе что? — спросил Ден.

— Не знаю.

— Отлично. Две.

— Я не ем мясо.

— Блин. Точно. Тогда картошку, салат, лаваш, что у них тут есть без мёртвых животных.

— Ты очень уважительно говоришь.

— Я стараюсь в рамках своей испорченной личности.

Вы взяли тебе какую-то вегетарианскую конструкцию из лаваша, овощей и соуса, который обещал быть чесночным, но пах как предательство. Ден взял обычную шаурму и ел её с видом человека, который не собирается стыдиться простых радостей даже рядом с твоим разбитым сердцем. Вы сели у окна. За стеклом люди шли к метро, пряча лица от дождя. Каждый нёс свою невидимую помойку. Это немного успокаивало. Не в смысле «всем плохо, ура», а в смысле: твоя боль огромна только внутри тебя. Снаружи ты один из мокрых людей у метро, жуёшь лаваш и пытаешься не написать бывшей. В этом есть унижение. И облегчение.

— Паша обиделся? — спросил Ден.

— Наверное.

— Переживёт.

— Он хотел помочь.

— Хотел. Просто у него аптечка из бензина.

Ты откусил лаваш. Соус потёк на пальцы. Салфетка прилипла к мокрой руке. И вдруг ты понял, что ешь нормально. Не через силу. Не как лекарство. Просто ешь. Это было почти неприлично. Пять дней назад ты думал, что без Ани не сможешь дышать, а сейчас сидишь в шаурмичной и жуёшь капусту. Человек вообще мерзкое живучее существо. У него может быть разбито сердце, но если в лаваше нормальный соус, тело всё равно скажет: о, ничего, можно работать. Душа иногда переоценивает свою власть.

— Я сегодня злился, что ты не написал утром, — сказал ты.

Ден поднял глаза.

— На меня?

— Да.

— Нормально.

— Нет, не нормально. Ты не обязан.

— Я знаю.

— Просто я... ждал.

— Чтобы я доказал, что ты не один?

Ты посмотрел в окно.

— Типа.

Ден вытер руки салфеткой.

— Слушай. Я могу быть рядом. Но я не смогу заменить тебе человека, который ушёл. И не должен. Если ты начнёшь ждать от меня идеальных сообщений по расписанию, ты просто поменяешь одну зависимость на более уродливую.

— Спасибо. Очень тепло.

— Я же не обняться пришёл. Хотя могу, но будет неловко для всех в заведении.

Ты усмехнулся.

— Я понимаю.

— Не понимаешь. Но начал.

Он был прав. Ты хотел, чтобы друг стал костылём, но костыль не должен становиться новой ногой. Иначе однажды Ден не ответит, Паша скажет херню, мать обидится, и ты снова рухнешь, потому что всё ещё живёшь на чужих реакциях. Только раньше главной розеткой была Аня, а теперь ты пытаешься воткнуть вилку в любого, кто рядом.

После шаурмы вы пошли пешком. Дождь стал мелким, почти невидимым, но одежда всё равно намокала. Ден рассказывал про свою работу, про начальника, который говорил «давайте подумаем стратегически» каждый раз, когда не понимал, что происходит. Ты слушал и иногда выпадал. В какой-то момент вы прошли мимо магазина цветов. Внутри яркий свет, розы в ведрах, продавщица в телефоне. Ты остановился. На секунду. Ден заметил.

— Нет, — сказал он.

— Я ничего не сказал.

— Цветы не покупаем.

— Я просто посмотрел.

— Мужчины после расставания «просто смотрят» на цветы примерно так же, как алкоголик просто смотрит на барную карту.

— Я не собирался.

— Собирался в голове. Уже выбирал что-то не слишком романтическое, но с подтекстом.

Ты засмеялся, потому что именно так и было. Не розы. Розы слишком громко. Может, белые тюльпаны? Нет, тюльпаны весной. Может, просто один цветок. Один цветок — это же не давление. Один цветок — это взросло, тонко, символично. Господи, как тонко можно быть идиотом. Ты пошёл дальше.

— А если она правда через месяц придёт за вещами? — спросил ты.

— Придёт.

— И что?

— Отдашь вещи.

— Просто?

— Да.

— А если я захочу поговорить?

— Захочешь.

— И?

— Не будешь.

— Это невозможно.

— Нет. Невозможно понять, зачем люди покупают белые джинсы зимой. Остальное возможно.

Вы дошли до старого двора за домом, где стояли мокрые лавки и детская горка, облезлая, как надежда после второго брака. Ден сел на лавку, не обращая внимания на воду. Ты остался стоять.

— Мокро, — сказал ты.

— Да ладно? А я думал, это лавка плачет по твоей личной жизни.

Ты сел рядом. Джинсы сразу промокли. Отлично. Теперь к разбитому сердцу добавилась мокрая задница. Полная картина мужского восстановления.

— Я боюсь, что если не буду держаться за неё, там вообще ничего нет, — сказал ты неожиданно для себя.

Ден не ответил сразу. Хороший знак. Значит, не готовил умную фразу заранее.

— Где там?

— Во мне. В жизни. Не знаю. Она как будто держала всё. Дом, планы, вечера. Даже когда мы ругались, всё равно было к чему возвращаться. А сейчас... я прихожу домой, и там я. И это плохая компания.

Ден кивнул.

— Понимаю.

— Правда?

— Да. Только у меня это было не с женщиной.

— А с чем?

— С работой когда-то. Я думал, если уволюсь, выяснится, что меня нет. Просто должность ходит в куртке.

Ты посмотрел на него. Ден редко говорил о себе больше двух фраз подряд. Обычно прятался за шутками, как за мешками с песком.

— И?

— И выяснилось, что есть. Просто неприятный тип.

Ты усмехнулся.

— Обнадёживает.

— Я к тому, что пустота после ухода человека не всегда про человека. Иногда он просто стоял на люке.

— На каком люке?

— Под которым всё твоё старое дерьмо.

Вот за это ты любил Дена. Он мог почти сказать что-то глубокое, а потом обязательно добавить дерьмо, чтобы никто не подумал, что он стал духовным наставником. Вы сидели на мокрой лавке минут десять. Молчали. В телефоне в кармане не было уведомлений. Ты проверил один раз. Ден увидел, но ничего не сказал. Иногда лучший друг — это тот, кто заметил твою слабость и не сделал из неё пресс-конференцию. Аня не писала. Паша тоже. Мать прислала фото борща. Да, фото борща. Красная кастрюля, зелень сверху, подпись: «Оставляю тебе». Ты показал Дену. Он посмотрел.

— Вот это настоящая угроза.

— Не издевайся. Она старается.

— Я знаю. Просто у каждого свой жанр любви. У твоей матери — суп с чувством вины.

Ты написал матери: «Спасибо, мам». Она ответила сердечком. Тебя кольнуло. Сердечко от матери — не то, которого ты хотел, но тоже сердечко. И от этого стало ещё тоскливее: вокруг есть люди, которые как умеют тянут к тебе руки, а ты всё равно смотришь на закрытую дверь одной женщины. Неблагодарная психика. Ей дают борщ, друга, шаурму, мокрую лавку, а она говорит: нет, спасибо, мне бы одно «как ты?» от того, кто попросил меня не писать.

Дома ты оказался около десяти. Квартира встретила тишиной, но уже не такой плотной. Видимо, улица немного проветрила тебя изнутри. Ты снял мокрые джинсы, повесил на батарею, переоделся. Телефон положил на кухню. Потом вернулся и взял. Потом снова положил. Нормально. Не красиво, но нормально. В чате с Пашей было новое: «Не обижайся, я просто хочу, чтобы ты не сдох там». Ты смотрел на сообщение и вдруг увидел не только кожаную куртку, не только громкого гуру барной терапии, а человека, который тоже не знает, что делать с твоей дырой. Он суёт туда алкоголь, женщин, сторис, потому что когда-то никто не знал, что делать с его дырой. Может, он и правда хотел помочь. Просто помогал тем, чем сам когда-то не вылечился. Ты написал: «Я знаю. Спасибо. Но сегодня без бара». Паша ответил: «Ок. Если что, я рядом, дебил». Это было почти нежно. В его языке.

Ты открыл блокнот и написал: «Друзья не спасают. Друзья удерживают край». Посмотрел на фразу. Слишком аккуратная. Почти для поста. Ты добавил ниже: «Иногда край — это шаурма, мокрая лавка и человек, который не даёт купить цветы как последний мудак». Вот так лучше. Живее. Правдивее. Потом записал ещё: «Не требовать от людей идеальной помощи». Это было важно. Не потому что люди не должны стараться. Должны. Но ты сам не знаешь, что тебе нужно. Нельзя злиться на каждого, кто не попал в движущуюся мишень твоей боли. Можно просить проще. Не «почини меня». Не «стань моей новой Аней». Не «угадай, где я сегодня сломан». А конкретно: посиди со мной; забери телефон; не дай мне поехать к ней; погуляй час; не советуй бар; привези еды; молчи рядом; скажи, что я дебил, но не один.

Перед сном позвонила мать. Ты не хотел брать, но взял. Она спросила, ел ли ты. Ты сказал, что ел. Она спросила, с кем. Ты сказал, что с Деном. Она вздохнула с облегчением, будто Ден был официально сертифицированной сиделкой для брошенных мужчин.

— Хороший он у тебя друг, — сказала она.

— Да.

— Ты только не замыкайся совсем.

— Я пытаюсь.

— Я знаю, ты злишься, когда я говорю не то.

Ты замолчал. Это было неожиданно. Мать редко признавала, что говорит не то. Обычно она говорила не то с уверенностью хирурга.

— Мам...

— Я просто не знаю, как правильно, — сказала она. — Ты взрослый, а мне всё кажется, что тебе десять и надо суп поставить.

И вот тут боль вдруг сдвинулась. Не исчезла. Просто рядом с ней появилось что-то ещё. Мать тоже не знала. Ден не знал. Паша не знал. Никто не знал. Все ходили вокруг твоей ямы со своими нелепыми инструментами: суп, шаурма, бар, шутка, пароль от соцсетей, мокрая лавка. Может, любовь и выглядит так — не как точное попадание, а как человек с неподходящим инструментом, который всё равно пришёл.

— Суп помогает, — сказал ты.

— Правда?

— Иногда.

Она тихо засмеялась. Потом сказала:

— Я оставлю тебе в контейнере. Завтра заберёшь, если захочешь.

— Хорошо.

После разговора стало не легче. Но стало менее одиноко. Это разные вещи, и второе иногда важнее. Легче может не стать ещё долго. А менее одиноко можно сделать сегодня, если перестать требовать от людей невозможного и начать просить посильное.

Ночью ты лежал в кровати и слушал, как батарея сушит мокрые джинсы. Они пахли дождём, улицей и немного шаурмой. Рядом на стуле всё ещё висела серая кофта Ани. Ты посмотрел на неё и не стал трогать. Завтра. Или послезавтра. Сегодня хватит. Телефон был на кухне. Аня молчала. И впервые это молчание не занимало всю квартиру. В ней было ещё кое-что: Денова грубость, Пашино «я рядом, дебил», мамино сердечко, фото борща, мокрая лавка, апельсиновая кожура в мусорке, твои собственные ноги, которые дошли до метро и обратно. Маленький убогий хор неидеальной поддержки. Не спасение. Не исцеление. Но шум, который мешал тишине стать богом.

Правило дня: друзья не обязаны знать, что делать с твоей дырой. Не превращай их в замену бывшей. Не требуй от них идеальных слов, идеального времени ответа, идеального понимания, которого у тебя самого нет. Не иди за тем, кто лечит боль бензином.

День 6. Первая суббота без неё

Суббота ударила не сразу. В будни у боли есть хотя бы рабочий график, в который можно притвориться человеком. Там есть почта, сроки, созвоны, «да, конечно», «скину до вечера», «посмотрю правки», вся эта канцелярская жвачка, которой взрослые люди затыкают дырки в груди. Будни не лечат, но они ставят вокруг тебя забор из обязанностей. Ты можешь ненавидеть работу, но иногда именно она не даёт тебе весь день лежать в трусах и листать чужую жизнь, как голодный меню ресторана, куда тебя больше не пускают. А суббота — другое дело. Суббота приходит без стыда. Открывает дверь ногой. Садится на кровать. Говорит: ну что, герой, вот тебе двенадцать свободных часов. Делай с ними что хочешь. И вот тут выясняется, что «что хочешь» после расставания — это не свобода. Это открытый колодец без крышки. Раньше суббота была занята сама собой: продукты, завтрак подольше, её волосы в ванной, спор, куда идти, её «давай просто дома», твоё «мы и так всю неделю дома», потом всё равно дом, сериал, еда, глупые разговоры, сон днём, вечер, когда можно было быть никем и при этом быть с кем-то. Теперь суббота была пустой, как шкаф после переезда. И в этом шкафу очень хорошо слышно, как у тебя внутри скребётся маленькое животное с телефоном в зубах.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.